N°3 - AOÛT / OCTOBRE 2011

marmiton

LE MAGAZINE DE marmiton

Dossier spécial
Jetez vos assiettes, place aux verrines !

Faites durer l'été
Cuisine grecque, cuisine du soleil

Cèpes, morilles, girolles...
Dans mon panier, quels champignons ?

Et toujours...
Chef étoilé contre bloggeurs, le duel

VOS MEILLEURES RECETTES À PRIX TOUT DOUX

PLUS DE 100 RECETTES

SUISSE 7,40 FS • BELGIQUE 4,40€

M 03063 - 3 - F: 3,90 € - RD

En cadeau Petit manuel de magie culinaire, avec les 100 secrets de Marmiton…

Flagrant délice !

Rigoni® di Asiago

au cœur de la nature

Nous aimons la nature depuis 1930

NOCCIOLATA
Le bon goût de la noisette et du cacao
Naturellement sans gluten
Sans huile de palme, sans graisses hydrogénées

MIEL
100% italien
Non chauffé
Le gout authentique du miel "Brut de Ruches"

FIORDIFRUTTA®
100% fruits
Allégée en sucre
Confectionnée à basse température

CERTIFIÉ AB AGRICULTURE BIOLOGIQUE

IT-BIO-007
Agriculture UE/non UE

www.rigonidiasiago.com

Disponibles en magasins Bio, au rayon Bio des grandes surfaces et sur Internet.

RCS Marseille 482 460 177 - Crédit photo : Thinkstock - Matton - Fotolia • www.sextant.fr - S6735

POUR VOTRE SANTÉ, PRATIQUEZ UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE. www.mangerbouger.fr

édito

Chez Marmiton, notre credo, au risque de nous répéter, c'est le PLAISIR ! Et ce n'est pas parce que nous avons fait la cigale tout l'été que nous allons bouder notre plaisir à la rentrée.

C'est décidé, nous allons nous faire du bien et notre allié bien-être sera… Notre magazine Marmiton !

Grâce à lui vous allez :

ÊTRE la fourmi préférée de toute la famille grâce à 60 recettes à prix doux qui raviront ses papilles (avec des produits de saison et locaux pour éviter de leur payer leur billet d'avion).

DÉCOUVRIR les délices de la cuisine grecque en vous évadant au fil des pages.

TOMBER dans les pommes en parcourant un magnifique portefolio dédié… aux pommes.

DEVENIR maître ès verrines en 6 leçons soit 6 menus 100 % verrines pour toutes les circonstances : léger, pour recevoir; végétarien, plein la vue, prêt la veille ou en 1 heure, vous allez « verriner » à la rentrée !

CRÉER comme le chef Arnaud Lallement et nos 3 invités surprise, prenez-vous au jeu et revisitez 3 recettes Marmiton incontournables.

ENCHANTER votre cuisine en dévorant notre petit manuel de magie culinaire qui vous dévoile 100 secrets Marmiton pour mettre un peu de magie dans votre quotidien.

POSITIVER Finies les ondes négatives de la rentrée, grâce à Marmiton vous allez conserver le sourire qui vous fend le visage depuis cet été, vous régaler, prendre du plaisir et bien plus ! Car Marmiton, c'est… encore et toujours bien plus que des recettes !

Bonne dégustation,

Claire et toute l'équipe Marmiton

marmiton

marmiton

sommaire

6 **Portefolio.** À croquer. Ma pomme !

22 **Tendances kitchen.** Livres de recettes + ustensiles en cadeau, les coffrets ont la cote

24 **Top tendances.** Les musts du moment en matière de nouveautés autour de la cuisine

26 **Dans les coulisses…** La lunchbox au crash-test

28 **Pratique.** Que puis-je faire avec ? Les blancs et les jaunes d'œufs

30 **Tout tout tout.** Sur les champignons. Et hop ! dans mon panier… et dans ma poêle

38 **Je fais quoi avec…** La bière, elle a aussi sa place dans les casseroles

40 **Dossier recettes** Jetez les assiettes, place aux verrines !

58 **Histoire de verrines.** Les internautes imaginent la naissance de ce mode de présentation…

61 **Chef étoilé contre blogueuses.** Duel au sommet !

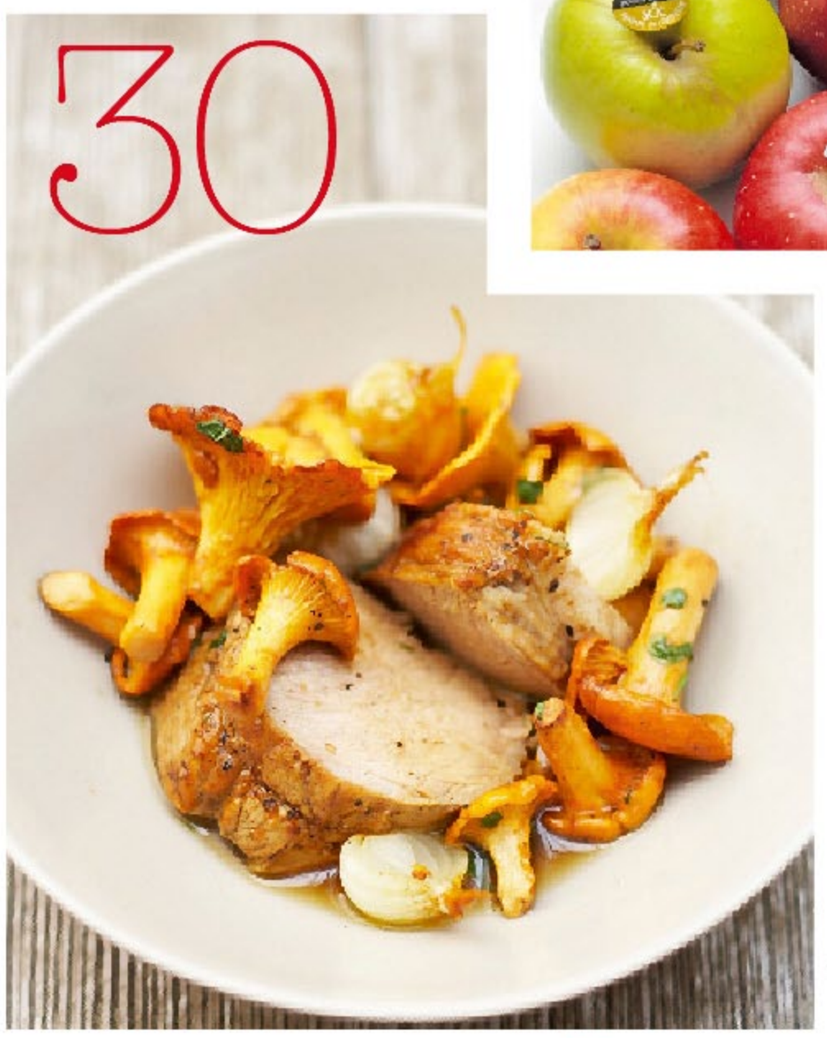
68 **60 recettes à prix doux.**
… Les entrées
… Les plats
… Les desserts

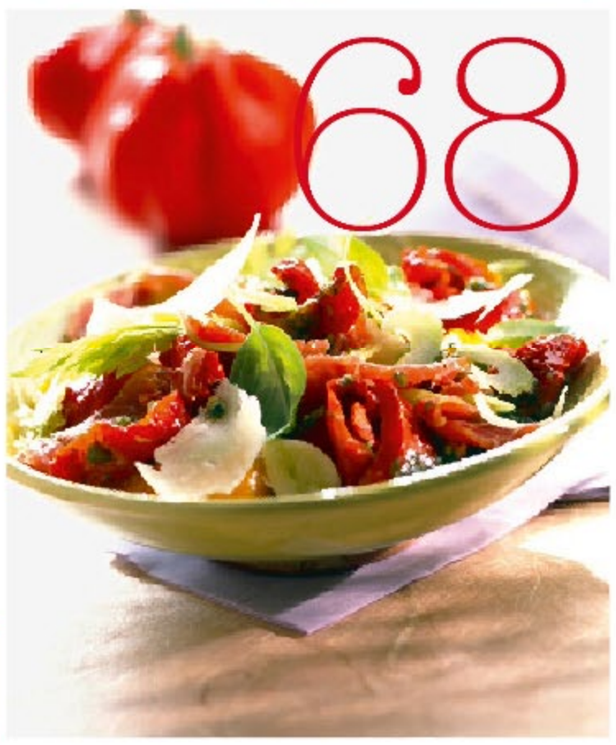
116 **Vu ailleurs.** Cuisine grecque, cuisine du soleil

124 **Demain dans ma cuisine…**
Cocotte-Minute versus cocotte en fonte, le match

128 **Index des recettes**

130 **Les émerveillements.** De la Marmiteam





“Retrouvez-moi sur www.OldDutchMaster.com”

Durant son affinage, ce vieil hollandais attend patiemment la venue des maîtres fromagers Old Dutch Master qui prennent soin de le retourner chaque semaine pendant un an. De toutes ces attentions naîtront sa saveur et son goût raffiné. Libre à vous de le savourer comme vous l’entendez. Il sera ravi d’être mis en bouche lors de l’apéritif, où vous pourrez le déguster sur vos canapés. Faites durer le plaisir par petites touches dans vos entrées ou laissez-le fondre délicatement sur vos plats, il n’opposera aucune résistance. Si votre désir est encore trop fort, retrouvez-le sur un délicieux plateau en fin de repas.

Old Dutch Master
Sinds 1898

LE FROMAGE AVEC
UNE VRAIE PERSONNALITÉ

RECONNU SAVEUR DE L’ANNÉE 2011 Goûté par un jury de consommateurs

DÉCOUVREZ LA SAVEUR DE L’ANNÉE 2011 AU RAYON FROMAGE À LA COUPE

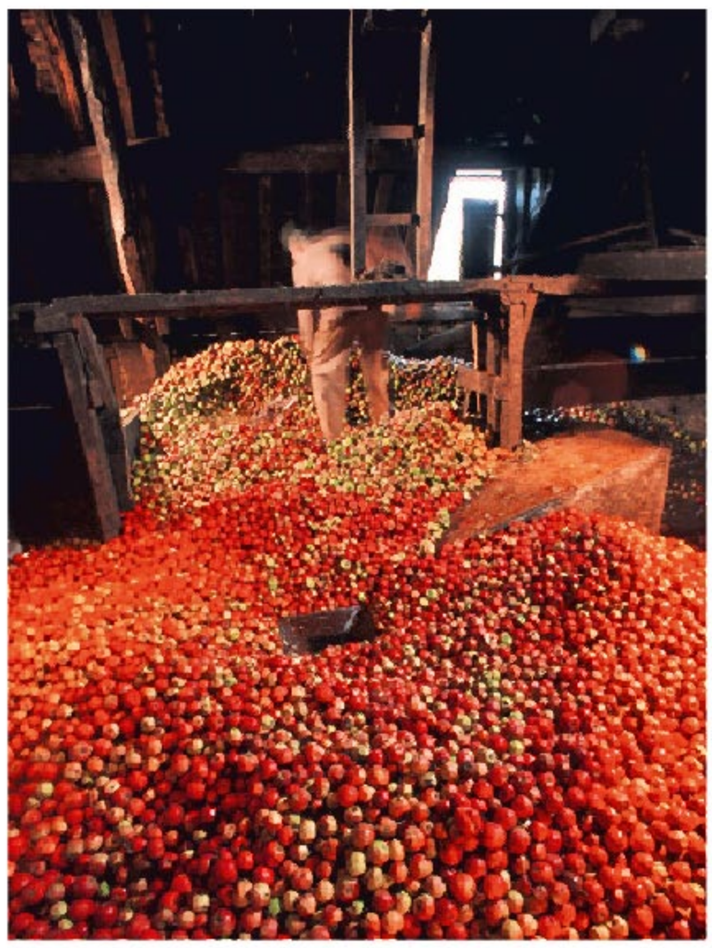
POUR VOTRE SANTÉ, PRATIQUEZ UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE. WWW.MANGERBOUGER.FR

À croquer… Ma pomme !

Malléable à souhait, la pomme joue le jeu des textures variées. Son caractère peu farouche autorise toutes les transformations que l'on rêve d'un effet fondant, craquant, cru ou bien encore glacé. Pas étonnant, dès lors, que ce fruit soit le préféré des Français. Affectif, voilà le rapport que chacun entretient avec la pomme qui rappelle les vergers de l'enfance, les fêtes foraines, les pique-niques… Pour le bonheur de tous ! Par Julien Trubert

Jardin de Mamie, champ derrière la maison de tante Suzanne… Qui n'a jamais cueilli des pommes juteuses ? Assurément, ce fruit rappelle des souvenirs. Les sens se réveillent à la vue d'un pommier.

Portefolio.



On les appelle des « pomiculteurs », ces passionnés qui chérissent leurs arbres. Trois ans après la plantation, les premières pommes apparaissent. Le calibrage, la couleur, l'apparence et la saveur définissent ensuite l'utilisation des fruits, les plus abîmés servant pour les compotes, confitures, jus et cidres. Les producteurs s'occupent manuellement des précieuses pommes afin de les préserver et de mieux cerner leur teneur en sucre qui définit le moment propice pour une récolte durant jusqu'à six semaines. La pomme est ensuite conservée en chambre froide avant de colorer les étals.

Un monde de traditions entoure la pomme. Et ce depuis près de 80 millions d'années, selon les chercheurs. Les vaches paissant sous les pommiers en fleurs ont encore de belles années devant elles.

Portefolio.

Le cidre est obtenu à partir de la fermentation du jus de pommes spécialement cultivées pour la fabrication de cette boisson. Certains cidres, normands et bretons, bénéficient d'une indication géographique protégée (IGP) et même d'une AOC!

1 Braeburn Acidité et touches sucrées se mêlent pour une jolie complexité en bouche.

2 Bramley Ses origines britanniques rustiques font de ce fruit le roi des compotes.

3 Pink Lady Voilà la pomme idéale à mettre au four sans aucun artifice. Un grand classique.

4 Cox Souvent utilisée en jus et cidres, cette pomme se fait rare en magasin.

5 Red delicious La cuisson, très peu pour la red delicious, qui comble les en-cas gourmands!

6 Jazz Hybride proche de la Royal Gala, ce fruit présente un parfum séduisant.

7 Golden Parfaitement dosée en sucres, croquante et moelleuse à la fois, elle convainc.

8 Fuji Elle supporte mal la cuisson et s'exprime pleinement dans sa version crue.

9 Granny smith Très acidulée, la granny smith a un croquant incomparable. Sans cuisson.

10 Gala Elle croque, cette pomme au goût joliment dosé en sucres. Idéale crue.

11 Ambrosia Cette Canadienne a du tempérament : peau fine et goût fort pour faire chavirer.

12 Reinette grise. Rustique, acidulée, elle est idéale pour la cuisson et les tatins.

13 Royal Gala Arômes proches de la banane et de la poire pour cette variété ferme.

14 Tentation Très juteuse (pour les tartes), à la forme allongée : impossible de résister!

Titrant de 2 à 8 % d'alcool, le cidre reste léger et désaltérant

BRAE BURN
1
BRAMLEY
2
PINK LADY
3
LOX
4
JAZZ
6
RED DELICIOUS
5
Waitrose
limousin
golden delicious
AOC
POMME du LIMOUSIN
7
Granny
Smith
9
10
Fuji
8
14
Tentation
AMBROSIA
(CANADA)
11
ROYAL GALA
13
Waitrose
egremont russet
12

Un délice maison à préparer en automne et à déguster au p'tit déj

Pour une gelée de pommes réussie, il faut miser sur des variétés fermes et juteuses (cortland, ida red et spartan), auxquelles s'ajoute un peu de cannelle pour un résultat gourmand, ainsi que du jus de citron. Ce dernier empêche l'oxydation des fruits.

Des pommes Pink Lady, du sucre en poudre
pour le caramel, un peu de colorant,
un bâtonnet et une touche de jus de citron…
en quinze minutes, la fête foraine s'invite
chez soi. Succès garanti auprès de tous
les convives. Jeunes ou moins jeunes.

Pommes d'amour, un parfum d'enfance retrouvé

Une entrée sucrée salée avec une pointe de curry

Saint-jacques aux
pommes et curry

Beignets
de pommes
au caramel
et sésame.

Des pommes en quartiers, cela change des habituels beignets en rondelles

Tarte Tatin

Pomme au four minute
et sirop d'épices

Gelée de pomme
dans la faisselle

Tartelette fine aux pommes

Retrouvez ces 6 recettes
pages 18 et 20.

RÉDUIRE JUSQU'À 20%*
SA CONSOMMATION
EN CONSERVANT 100%
DE SON CONFORT,

C'EST POSSIBLE
AVEC LE GAZ NATUREL.

australie - Photo : Jo Magrean - GDF SUEZ : SA au capital de 2 250 29[illegible] RCS NANTERRE 542 107 651.

Le gaz naturel reste l'une des énergies les plus confortables pour diffuser une chaleur douce et homogène dans tout votre habitat. Et grâce à la chaudière à condensation, vous pourrez réduire jusqu'à 20 %* vos consommations d'énergie pour votre chauffage et votre eau chaude sanitaire, réduisant d'autant les émissions de CO_2.

Pour en savoir plus :
0 810 124 125 ou **www.dolcevita.gazdefrance.fr**
(prix de l'appel selon l'opérateur)

Gaz de France
Dolcevita
Une marque de
GDF SUEZ

L'énergie est notre avenir, économisons-la !
*Sur les consommations de chauffage et d'eau chaude sanitaire par rapport à une chaudière standard moderne (source ADEME).

À croquer... Ma pomme !

Saint-jacques aux pommes et curry

Pour 6 personnes
Préparation 15 minutes
Cuisson 15 minutes

- 6 pommes de type reinette
- 18 noix de saint-jacques
- 50 g de beurre • 15 cl de crème liquide
- 2 c. à café rase de curry en poudre
- 1 filet d'huile • sel et poivre

1 Pelez les pommes, coupez-les en quatre. Retirez le cœur et les pépins. Coupez-les en morceaux. Mettez les morceaux de pommes dans une casserole. Ajoutez 2 cuillerées à soupe d'eau et 1 cuillerée à café de curry. Couvrez et faites cuire à petit feu en mélangeant de temps en temps jusqu'à obtention d'une compote. Réservez au chaud.

2 Nettoyez et séchez les noix de saint-jacques. Faites chauffer le beurre et l'huile dans une poêle. Posez les noix de saint-jacques et faites-les cuire à feu vif 2 minutes de chaque coté. Salez et poivrez, saupoudrez-les de curry. Retirez-les de la poêle et réservez-les au chaud. versez la crème dans la poêle et grattez le fond avec une spatule en bois pour décoller les sucs. Aux premiers frémissements, assaisonnez et retirez du feu.

3 Répartissez les noix de saint-jacques et la compote dans les assiettes, arrosez d'un filet de sauce, parsemez d'une pincée de curry et servez aussitôt.

Beignets de pomme au caramel et sésame

Pour 6 personnes
Préparation 10 minutes
Cuisson 5 minutes

- 6 pommes
- 300 g de sucre en morceaux
- 1 c. à soupe de graines de sésame
- 2 c. à café de jus de citron

1 Épluchez les pommes et coupez-les en petits quartiers. Versez le sucre dans une casserole à fond épais. Ajoutez 6 cuillerées à soupe d'eau minérale et placez sur feu doux. Faites cuire sans jamais mélanger jusqu'à formation d'un caramel ambré. Ajoutez les graines de sésame. Retirez du feu et ajoutez le jus de citron afin de stopper la cuisson du caramel.

2 Plongez les quartiers de pomme dans le caramel et retournez-les avec une fourchette pour bien les enrober. Laissez-les ensuite durcir sur une assiette dans un endroit sec.

Tarte Tatin

Pour 6 personnes
Préparation 20 minutes
Cuisson 30 minutes

- 1 kg de pommes
- 1 rouleau de pâte sablée
- 200 g de sucre en poudre
- 100 g de beurre

1 Préchauffez le four à th. 7 – 210 °C. Pelez les pommes et coupez-les en quartiers.

2 Versez le sucre dans un moule à manqué à bords hauts pouvant aller sur le feu. Ajoutez le beurre coupé en parcelles. Mettez le moule sur feu doux et faites cuire doucement jusqu'à obtention d'un caramel blond. Posez alors les quartiers de pomme dans le caramel et faites-les cuire dans le caramel en les retournant régulièrement jusqu'à ce que les pommes soient tendres et entièrement enrobées de caramel (faites attention à ne pas vous brûler durant cette délicate opération. Si vous devez tenir le moule, utilisez un torchon). Quand les pommes sont prêtes, retirez le moule du feu et laissez refroidir quelques minutes puis posez la pâte sur les pommes.

3 Enfournez et faites cuire 20 à 25 minutes : la pâte doit être dorée. Sortez le moule du four, laissez refroidir 5 minutes puis démoulez dans un plat. Laissez tiédir et servez avec de la crème épaisse ou de la glace à la vanille.

ST. DALFOUR

Des goûts et des saveurs authentiques

100 % Naturel

- Sans colorant
- Sans conservateur
- Sans gluten

Au sirop d'Agave : Sirop issu de feuilles de cactus.

...100 % VÉGÉTAL...

Biologique

Faible indice glycémique

100 % Fruits

Agent sucrant : ~~Sucre~~ Jus de raisin (concentré et rectifié)

100 % Plaisir

Le plaisir gustatif du fruit 100 % naturel.

100 % irrésistible !!!

Création visuels et mise en page : pom'C - www.pom-c.fr

Boutique en ligne : www.stdalfour.fr

Gelée de pomme en faisselle

Pour 6 personnes
Préparation 15 minutes
Cuisson 5 minutes
Réfrigération 2 heures

- 35 cl de jus de pomme
- 3 g de gélatine en feuilles
- 6 pots de faisselle de 100 g

1 Faites ramollir les feuilles de gélatine dans un bol d'eau froide. Faites chauffer le jus de pomme sans ébullition.

2 Essorez les feuilles de gélatine entre les mains. Hors du feu, faites fondre la gélatine dans le jus de pomme en mélangeant. Versez la préparation dans un pot stérilisé, fermez, laissez refroidir et placez au frais 2 heures au minimum.

3 Juste avant de servir, égouttez les faisselles, puis versez-les dans 6 bols. Servez avec la gelée de pommes.

Pomme au four minute et sirop d'épices

Pour 6 personnes
Préparation 10 minutes
Cuisson 15 minutes

- 6 pommes de type Pink Lady
- 50 g de sucre en poudre
- 2 citrons verts
- 1 bâton de cannelle
- 6 étoiles de badiane
- 1 c. à café de vanille bourbon en poudre

1 Pressez les citrons verts en jus. Versez 30 cl d'eau et ce jus dans une casserole, ajoutez le sucre, la cannelle, la vanille et la badiane. Portez à ébullition à feu doux et laissez cuire 10 minutes. Retirez le bâton de cannelle.

2 Lavez et séchez les pommes. Retirez les pépins à l'aide d'un vide-pomme. Placez les fruits dans un plat allant au micro-ondes. Arrosez du sirop préparé.

3 Couvrez et faites cuire 3 à 5 minutes au micro-ondes suivant la puissance. Servez chaud avec le jus de cuisson.

Tartelette fine à la pomme

Pour 6 personnes
Préparation 25 minutes
Cuisson 20 minutes

- 6 pommes
- 2 rouleaux de pâte feuilletée
- 40 g de beurre demi-sel
- 25 g de cassonade
- 25 g de poudre d'amandes

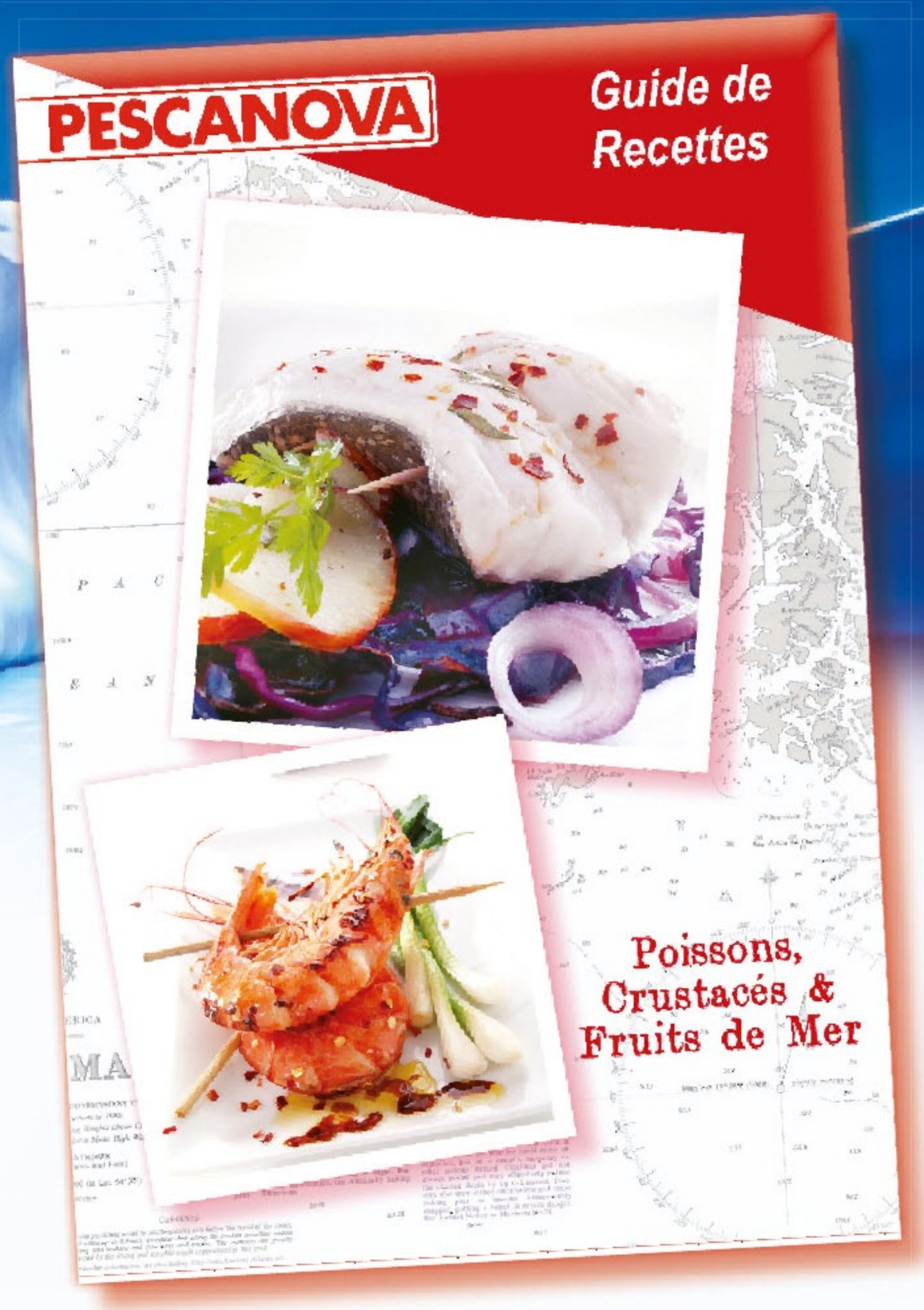
1 Préchauffez le four à th. 7 – 210 °C. Faites fondre le beurre dans une petite casserole. Étalez la pâte au rouleau à pâtisserie pour qu'elle soit très fine. Coupez-en six cercles à l'aide d'un grand bol.

2 Posez les disques sur la plaque du four recouverte de papier sulfurisé. Piquez-la à l'aide d'une fourchette. Mélangez la cassonade avec la poudre d'amandes dans un bol.

3 Saupoudrez de ce mélange les disques de pâte. Lavez, séchez les pommes, retirez les cœurs et les pépins, puis coupez-les en tranches. Disposez-les sur les disques de tarte en rosace. Badigeonnez-les de beurre fondu au pinceau. Enfournez et faites cuire 20 minutes. Servez chaud.

PESCANOVA

Les bienfaits de la haute mer... en direct.



NOUVEAU SITE INTERNET

Commandez désormais vos produits en ligne!

Abonnez-vous à la newsletter Pescanova et téléchargez gratuitement notre livret recettes sur :

www.pescanova.fr

... et retrouvez encore plus d'idées recettes et de vidéos originales!

Un coffret = un cadeau

Toujours à la mode, les coffrets allient le plaisir d'acheter un livre de recettes gourmandes avec celui d'acquérir un petit extra. Voici les coffrets qui font et feront vraiment la différence.

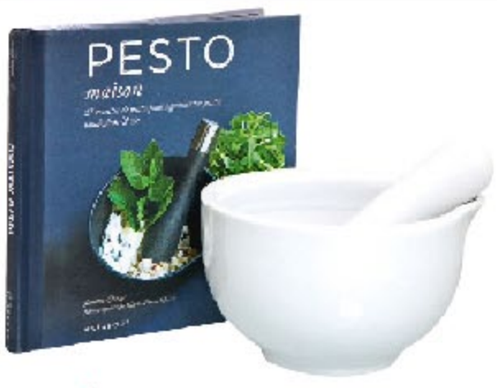
Par Lauriane Corbin

Personnaliser des biscuits ? Le cadeau : un tampon permettant de distinguer des biscuits banals de vos « biscuits maison » estampillés d'une toque de chef cuisinier. De plus, le livre proposant une vingtaine de biscuits fondants et croustillants reste très commode grâce à sa petite taille et animé par de très belles photos. « Biscuits maison », éd. Larousse, 10,90 euros.

Papilloter ?
Le cadeau : deux papillotes en silicone pour foncer dans une nouvelle cuisine sans odeur et peu calorique ! L'éventail des papillotes de poisson, viande, légumes et sucrées se dessine à travers une trentaine de recettes. « Mes Petites Papillotes », de Sandra Mahut, éd. Marabout, 15,90 euros.

Cakes savoureux ?
Le cadeau : seize moules colorés réutilisables pour créer de délicieux minicakes. Et les 40 recettes vous permettront de déguster des bouchées gourmandes à toute heure de la journée, des plus simples (cake nature, citron) aux plus raffinées (cake aux betteraves et à la courgette). « Mes Adorables Cupcakes », de John Bentham, éd. First, 10,90 euros. En septembre 2011.

Petits macarons mignons ?
Le cadeau : une poche à douille + deux pochoirs pour une décoration subtile des pâtisseries favorites du moment. Les idées proposées dans ce livre revisitent les recettes classiques et traditionnelles, ou encore celles de desserts, qui vous feront redécouvrir le délice du macaron comme si c'était le premier !
« Mes Macarons mignons », de Marie-Claire Frédéric, éd. First, 10,90 euros.
Parution en septembre 2011.



Pesto maison ? Le cadeau : un mortier et son pilon pour réduire en poudre ou en pâte les ingrédients qui vous seront ensuite proposés sous forme de recettes dans le livre qui les accompagne. Ce dernier présente 27 recettes de pesto pour agrémenter pasta, sandwichs et compagnie, passant de l'exotique au classique, jusqu'au sucré. « Pesto », de Joshua Clever, éd. Marabout, 10 euros.

Manger sain en solo Le cadeau : un coffret vapeur pour accomplir les recettes de grands cuisiniers étrangers. Dans un petit livret, en plus des recettes, des anecdotes et bons tuyaux pour mieux connaître les habitudes alimentaires des différentes parties du monde. « De Paris à Tokyo », éd. Lékué, 14,99 euros. Parution en octobre 2011.

Prendre un verre ? Le cadeau : quatre verrines ainsi que des tubes en verre pour renouveler à l'infini vos envies de fantaisie. N'hésitez plus, 30 recettes super branchées et faciles vous attendent. « Craquez pour les verrines ! », de Catherine Méry, éd. Mango, 19,95 euros.

D'assaisonner léger ? Le cadeau : un vaporisateur à huile pour limiter la consommation de matières grasses ; un produit pratique pour parfaire des recettes légères ! Celles-ci vous laissent pécher par différents parfums savoureux avec des calories mini ! Un tartare mangue et pomme verte pour moins de 95 kcal ? Eh oui ! « 30 recettes légères », de Noémie André, éd. Larousse, 15,90 euros.

Dépaysement ? Le cadeau : un bidon de ketchup et de moutarde avec un distributeur de serviettes ; les indispensables pour se croire au cœur des États-Unis. Embarquez pour une cuisine atypique avec le New York cheesecake ainsi que son cocktail Manhattan ! Coffret « Yes We Cook », de Julie Schwob, éd. Mango, 19,95 euros.

Gourde tendance Gobi. Ce petit nom désigne un compagnon à emmener avec soi partout. Cette bouteille, réutilisable pendant deux ans et personnalisable à souhait, permet de se désaltérer avec chic. Une solution écologique qui évite le gaspillage : 4 milliards de gobelets sont jetés chaque année en France rien que pour la consommation d'eau et de café. Tout commence par le choix de l'image design que l'on insère aisément dans son Gobi. On assemble la bête puis on la remplit. Se nettoie au lave-vaisselle ou à la main.
Un concept innovant et peu coûteux : 14,70 euros pour cette création fabriquée dans l'Hexagone. Plus de renseignements : www.gobilab.com

Ovalie et mode

Le XV tricolore prépare ses mêlées à quelques jours de la Coupe du monde de rugby ,qui se déroulera du 9 septembre au 23 octobre en Nouvelle-Zélande. Pour soutenir votre équipe fétiche, pourquoi ne pas vous doter de ce sac capable de contenir et de protéger une bouteille de 75 cl ?
La coque retirée, cet accessoire devient un véritable sac à main. XV Design, 45 euros, en vente sur www.xv-design.com

À l'heure du thé

«Le Talma», à la fois restaurant, bar et salon de thé, retrouve une seconde jeunesse. L'établissement parisien lové dans l'hôtel quatre étoiles de La Belle Juliette, se dote d'un look radicalement féminin où le rose et la décoration mi-avant-gardiste, mi-baroque font merveille. Les pâtisseries maison (cheesecake aux agrumes en tête) servies dans de la vaisselle «so british» se chargent du reste. Un régal pour les papilles et les mirettes.
Restaurant «Le Talma», 92 rue du Cherche-Midi, 75006 Paris. Tél. 01 42 22 23 26.

Les musts du moment

Ils ouvrent leurs portes, arrivent en magasin, prennent vie grâce à l'imagination sans limite de leurs créateurs. Qui donc ? Les produits et lieux à découvrir d'urgence, pardi ! par Julien Trubert

Taches jubilatoires Nulle peur face aux spaghettis bolognaise, pas une grimace de stress devant un coq au vin… Cette collection de bavoirs inspirés garantit de se protéger tout en épatant la galerie grâce à des imprimés. Le gabarit de ces modèles drolatiques se révèle efficace pour parer à toute éventualité.
Un cadeau idéal pour les grands gourmands maladroits. Bavoir Prêt-à-Tacher, 30 euros, en vente sur www.pretatacher.com

Du caviar, tout le temps Synonyme de gourmandise luxueuse, le caviar sort des sentiers battus grâce à Kaviari, qui lance son « En-K ». Cette collection de six boîtes colorées rend nomade la dégustation de ce mets délicat. Quinze grammes d'œufs si précieux, une cuillère gracile… que le plaisir commence !

En-K de caviar, Kaviari, 35 euros, en vente sur www.kaviari.fr et en épiceries fines.

Fête prénuptiale Cook&Go bichonne les futures mariées et leurs copines au creux de deux ateliers culinaires. Le premier s'intéresse aux cocktails, les participantes concoctant Mojito, Absolut Victory ou bien encore Hairy Sunrise (selon les dates) dans l'espace privatif situé à Paris. S'ajoute à la dégustation celle d'un miniplat préparé durant l'heure et demie d'atelier. « Cook and the City » se concentre, lui, sur les whoopies et cupcakes dans une ambiance girly à souhait. Une boisson, alcoolisée ou non, est également créée sous le regard du chef afin de gâter la future mariée.

Ces sessions au petit prix (34 euros) se réservent à partir de huit personnes. Plus de renseignements : www.cook-and-go.com

Merci Mamie ! Les secrets de grand-mères ont le vent en poupe. Pour preuve, ce savon d'acier chargé de dissiper les odeurs d'ail ou de poisson sur l'épiderme. Un simple frottage de mains suffit pour faire partir ces effluves peu agréables.

Savon d'acier, Mathon, 12,90 euros.

MasterChef

SÉBASTIEN DEMORAND remet le couvert

La deuxième saison de « MasterChef » est en cours de diffusion sur TF1. Accompagné de Frédéric Anton et Yves Camdeborde, le journaliste Sébastien Demorand aura la lourde tâche de départager les 24 000 candidats au titre. Rencontre.

Quel est le mot d'ordre de cette année ?

Plus de chaleur ! On nous a reproché, l'an passé, d'être trop durs car l'émission se concentrait sur nos jugements et pas sur les moments passés près des candidats. Nous sommes tous les trois dans une démarche d'accompagnement. Nous goûtons au fur et à mesure, conseillons, encourageons aussi. Ce que la saison 1 ne mettait pas assez en avant.

Quels sont vos critères de délibération ?

Tout d'abord la juste cuisson, ensuite un assaisonnement équilibré. Je regarde le travail de construction de l'assiette, comment les aliments se combinent entre eux. Enfin, le plat doit faire naître une émotion, et c'est là que j'interviens, la partie technique concernant davantage Yves et Frédéric qui, de par leur métier de chef, peuvent mieux juger.

Vous devenez journaliste télé pour l'occasion. Dites-nous en plus.

Je présente une chronique dans la seconde partie de l'émission (« MasterChef se met à table ») où je mets au banc d'essai certains produits, où j'apprends au téléspectateur comment faire son marché… Je conseille aussi la rencontre avec les producteurs et donne des astuces pour bien s'alimenter tout en faisant attention à son budget. Bref, une optique conso avec un message très positif.

Retrouvez toutes les cuisines
DARTY et l'adresse
de nos magasins sur
darty.com

Votre cuisine sur mesure conçue, équipée et posée par Darty.

DARTY

36 000 solutions

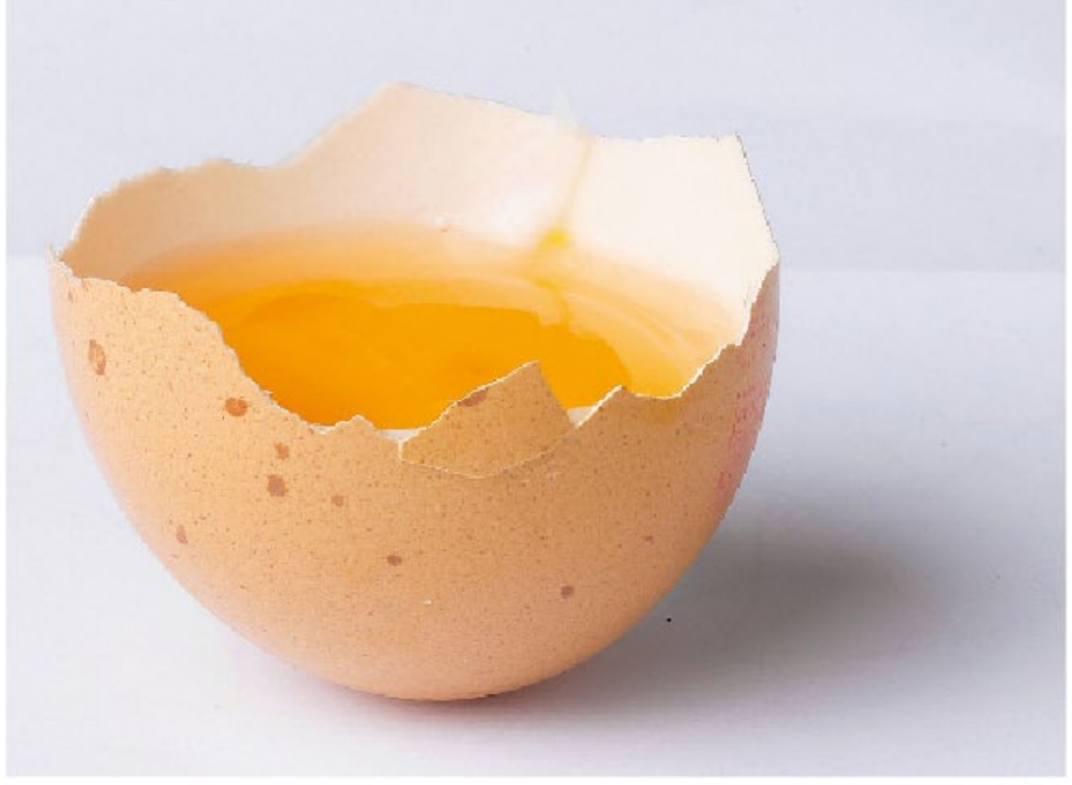
Que puis-je faire avec...

Les préparations de base que je peux faire avec les jaunes et blancs d'œufs...
Ahhhh, il me reste 4 blancs, qu'est-ce que j'en fais ? (marche aussi avec les jaunes) Telle est la question que l'on ne se posera plus grâce à cet outil ultra moderne et innovant signé Marmiton, un tableau qui récapitule tout ce que vous pouvez faire avec des jaunes d'œufs et des blancs.
Tableau imaginé par Christophe Duhamel

Cliquez-ici pour visionner la préparation de la crème brûlée en vidéo

des jaunes d'œufs

Ce que j'ai...	Ce que je peux faire (temps de préparation + de cuisson ou d' attente)
2 jaunes d'œufs + lait	Crème anglaise express **(10 min)**
2 jaunes d'œufs + lait + beurre	Crème au beurre facile **(25 min)**
3 jaunes d'œufs + lait	Crème anglaise **(20 min)**
4 jaunes d'œufs + lait	Crème pâtissière **(15 min)** Crème anglaise **(20 min)**
4 jaunes d'œufs + lait + beurre	Crème mousseline **(40 min)** Crème au beurre traditionnelle **(20 min)**
4 jaunes d'œufs + lait + crème	Crème brûlée **(20 min + 25 min)**
4 jaunes d'œufs + 1 œuf + crème + chocolat	Mousse au chocolat « pro » **(30 min)**
8 jaunes d'œufs + lait	Entremets **(15 min + 30 min)**



des blancs d'œufs

Ce que j'ai...	Ce que je peux faire (temps de préparation + de cuisson ou d' attente)
2 blancs d'œufs + sucre	Meringue **(30 min + 60 min)**
2 blancs d'œufs + sucre + noix de coco	Rochers coco **(15 min + 15 min)**
2 blancs d'œufs + sucre + glace	Cigarettes russes **(30 min + 15 min)** Langues de chat **(30 min)**
2 blancs d'œufs + sucre + beurre + amandes	Macarons **(40 min + 10 min)** Tuiles aux amandes **(15 min + 15 min)**
2 blancs d'œufs + fromage	Tuiles salées **(30 min + 15 min)**
4 blancs d'œufs + sucre + beurre	Financiers **(20 min + 20 min)**
3 à 5 blancs d'œufs + sucre + beurre	Base de gâteau aux blancs d'œufs **(25min + 30min)**
6 blancs d'œufs + chocolat	Mousse au chocolat extra légère **(15 min + 4 h)**

Dans les coulisses de Marmiton

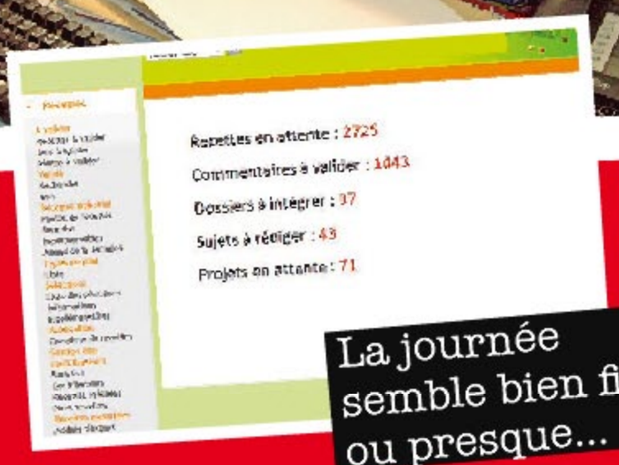
Vous vous demandiez comment se passe une journée type dans le saint des saints chez Marmiton ? Voici, sous forme de roman-photo, un petit aperçu de notre quotidien.

Claire affairée à son bureau, entourée de Post-it.

L'équipe discute des qualités du poivron.

Le pool technique en plein débat autour d'un tableau-graphe.

Christophe magnétisé par son écran.



La journée semble bien finie, ou presque...

8 h Claire arrive, elle profite du calme du petit matin pour traiter les affaires courantes : propositions de partenariat, souhaits de l'équipe commerciale, demandes en mariage des fans hypnotisés par ses petits plats… Elle gère.

9 h Toute l'équipe est là. Qui a fait un test gâteau ce matin ? Cécile… Ça ressemble à un simple quatre-quarts, mais ses effluves venus d'ailleurs et son arrière-goût ne laissent personne indifférent. L'équipe doit puiser dans son expertise ès gâteaux pour en identifier les ingrédients.

10 h Validation des recettes. L'équipe se mobilise et lance le débat autour des recettes proposées, au point de se projeter elle-même : ça y est, on a déjà faim !

11 h Lancée à la fois sur le forum Marmiton et sur le mur Facebook, une question fait débat : quelle couleur pour les poivrons dans le gaspacho ? Les esprits s'échauffent.

15 h Réunion de crise.
Une frénésie s'est emparée du site, une brusque surchauffe des serveurs d'hébergement ! L'équipe technique se met en mode urgence et identifie le problème : la recette du gigot de sept heures est demandée par des dizaines de milliers d'internautes à la suite de l'évocation de ce plat lors d'un journal télévisé à une heure de grande écoute. Rapidement, le nécessaire est fait pour que les serveurs recouvrent leur sérénité.

16 h Tiens, un portage presse de chez Bonne Maman. Des glaces !!! Ça tombe bien, il fait chaud dans les locaux. Hum, ch'est bon la glache…

17 h Demain, c'est tournage. Lucie prépare le matériel pour nourrir les Marmitonautes de nouvelles images.

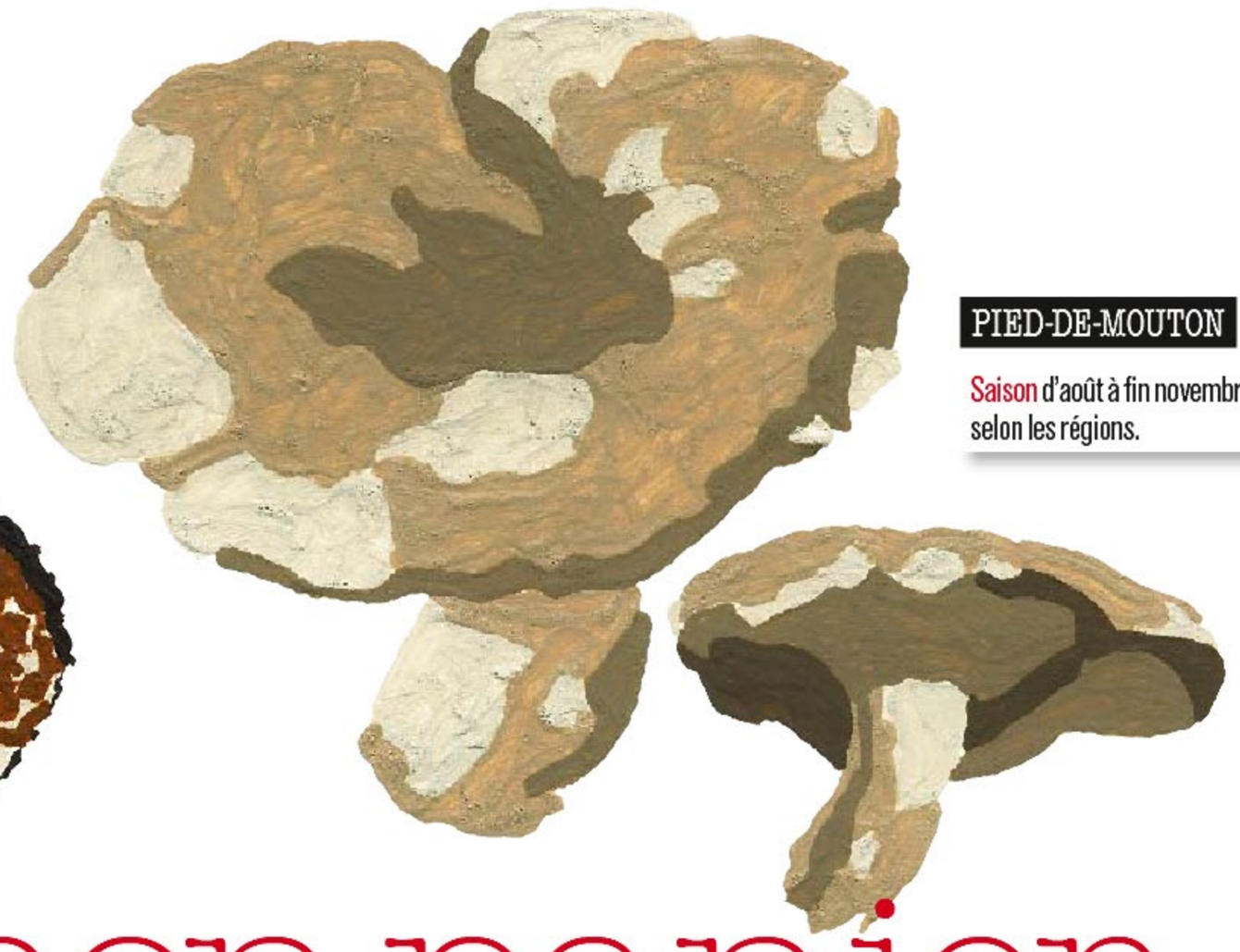
19 h Christophe met la dernière main à la newsletter hebdomadaire. Jamais en avance, mais toujours prêt à temps. Les jeux de mots de la semaine seront envoyés dans la nuit, pour le meilleur… et pour le pire ! Et l'équipe repart dans ses foyers, le sentiment du devoir accompli, même s'il reste… quelques petites choses à faire !

Les actus Marmiton

• Marmiton sera présent sur le salon « Cuisinez », du 6 au 9 octobre à Paris, porte de Versailles. • Concombre martyrisé, concombre accusé, mais concombre innocenté : réhabilitons-le en le dévorant avec du fromage (feta ou chèvre frais), ou du citron, ou encore de l'huile de sésame… • L'application Marmiton était disponible sur iPhone, elle l'est désormais sur les smartphones Android et Windows CE. De même, avec le jeu « Little Marmiton », préparez sur votre téléphone Windows CE les meilleures recettes que nous proposons !

TRUFFE

Saison de juin à août/septembre pour les truffes d'été, à partir de septembre/octobre pour les truffes grises et de décembre à mars pour celles du Périgord.



PIED-DE-MOUTON

Saison d'août à fin novembre selon les régions.

Dans mon panier, quels champignons ?

L'automne est la saison traditionnelle pour déguster des champignons. Profitons de cette période pour redécouvrir les variétés les plus importantes et en savoir plus sur ces petits trésors des sous-bois.

Par Thierry Roussillon

GIROLLE

Saison de juin à octobre, selon les régions.

PLEUROTE

Saison de fin septembre à décembre, selon les régions.

Tout tout tout sur les champignons

CÈPE

Saison d'août à novembre, selon les régions.

CHAMPIGNON DE PARIS

Saison toute l'année.

TROMPETTE-DE-LA-MORT

Saison de novembre à début janvier, selon les régions.

MORILLE

Saison de mars à mai, selon les régions.

Promenons-nous dans les bois : c'est de saison. Propice aux balades en famille, l'automne nous réserve de belles surprises. Nichés à l'ombre des forêts ou cachés dans l'herbe des prés, cèpes, girolles ou pieds-de-mouton attendent en effet d'être ramassés. Mais attention cependant, la « chasse » aux champignons ne s'improvise pas. Sans être un mycologue averti, il est important de savoir ce que l'on ramasse, afin d'éviter les champignons qui ne seraient pas comestibles. Pour cela, il est impératif de s'informer et éventuellement de se munir d'un bon guide papier, qui répertorie les différentes variétés. Enfin, et en cas de doute même minime, il est recommandé de faire vérifier le fruit de la cueillette par un pharmacien.

Vous n'êtes pas rassuré à l'idée de ramasser des champignons sauvages ? Vous rentrez bredouille d'une balade en forêt ? Pas de panique ! Vous ne serez pas privé de champignons sylvestres pour autant ! Sur les étals des marchés, en effet, ils sont très présents. Mieux encore, hors saison, on peut les utiliser surgelés, séchés ou en bocal. Il faudra naturellement en payer le prix, mais les Français, qui en consomment chaque année près de 150000 tonnes, sont prêts à tout pour se régaler d'une simple poêlée aux arômes de sous-bois.

Et puis, il n'y a pas que les champignons des bois. Le champignon de Paris, s'il est moins savoureux que ses cousins des forêts, est une bonne alternative en cuisine (voir fiche). Cultivés à l'ombre de champignonnières, il est surtout disponible toute l'année et sa consommation est relativement importante, puisqu'en moyenne un ménage français en consomme autour de 1,2 kg par an.

Autre option, les champignons exotiques sont des nouveaux venus sous nos latitudes. De l'enoki, délicat et gracile (parfait dans un bouillon) à l'eryngii, entre cèpe et pleurote (qui rentre dans la composition de la farce des traditionnels raviolis chinois) au shimeji, en passant par le très japonais maitake ou le shiitake (également appelé lentin de chêne), ils font désormais le bonheur de certains cuisiniers. William Ledeuil, par exemple, les utilise pour enrichir sa cuisine. Quant à Alain Passard, il a présenté à Rungis, il y a quelques années déjà, des recettes de son cru pour magnifier ces champignons venus d'Extrême-Orient. Du reste, c'est surtout chez les chefs qu'on peut les découvrir, car ils sont pour l'instant surtout destinés aux professionnels de la restauration, même s'il n'est pas impossible de les trouver parfois dans les épiceries exotiques.

Cèpe, le roi des bolets

Ce champignon appartient à la famille des bolets. Il tire son nom du mot gascon « cep » qui signifie « tronc » et qui fait référence à la taille de son pied. La variété la plus répandue est le « Boletus edulis », également appelé « cèpe de Bordeaux ». Réputé pour la finesse de sa saveur et son aspect charnu, il pousse dans les sous-bois et se ramasse d'août à fin octobre. En vieillissant, son chapeau, d'abord refermé sur lui-même, un peu comme un bouchon, s'étale et peut atteindre jusqu'à 25 cm de diamètre !

Au moment de l'achat Choisissez-les fermes, avec le pied bien attaché au chapeau. La couleur doit être uniforme et sans taches. Choisissez-les aussi en fonction de leur taille, selon l'utilisation prévue.

En cuisine Synonymes de cuisine raffinée, ils peuvent être dégustés crus en salade ou cuits. Poêlés dans du beurre ou de l'huile d'olive avec un peu d'ail et des herbes fraîches, les cèpes font merveille dans une sauce (servie avec de la viande rouge ou un suprême de volaille), ou dans un risotto.

Comment les conserver ? Après nettoyage, vous pouvez les garder au réfrigérateur dans un sac en papier ou enveloppés dans un linge, mais pas plus de 24 heures. Vous pouvez également les blanchir avant de les conserver dans un bocal stérilisé, ou les congeler.

Éléments nutritionnels Riches en vitamines B1, B2 et B3, les cèpes sont réputés pour leurs propriétés antioxydantes capables de prévenir les maladies cardio-vasculaires. Composés à 90 % d'eau, ils sont en plus extrêmement pauvres en calories.

L'idée facile et bluffante

Salade italienne aux cèpes, au jambon cru et au parmesan Lavez des feuilles de roquette et essorez-les. Nettoyez les cèpes et coupez la partie terreuse. Émincez-les et citronnez-les. Sur un plat, disposez un lit de roquette, ajoutez les cèpes, des tranches de jambon italien finement coupées et des copeaux de parmesan. Arrosez d'un filet d'huile d'olive et assaisonnez avant de servir. Dégustez avec un verre de vin blanc sec.

Champignon de Paris, on le savoure au quotidien

La production du champignon de Paris, également appelé « champignon de couche », a été lancée par le botaniste français Joseph Pitton de Tournefort. Elle est apparue à la fin du XVII[e] siècle dans les carrières de la région parisienne. C'est un champignon cultivé (on ensemence du compost pasteurisé, composé de paille et de fumier de cheval) qu'on récolte plusieurs fois par an. Cette particularité en fait un champignon bon marché, disponible tout au long de l'année et très utilisé au quotidien aussi bien cru que cuit. Aujourd'hui, il a déserté la région parisienne qui l'a vu naître et est désormais cultivé dans 43 départements, parmi lesquels le Maine-et-Loire, la Vienne et la Sarthe, qui assurent plus de la moitié de la production.

Au moment de l'achat Sur les étals, choisissez-les d'abord en fonction de leur taille et de l'utilisation que vous comptez en faire. Les plus petits, appelés « boutons » pourront être préparés entiers pour accompagner une blanquette, par exemple. Les champignons de taille moyenne seront coupés en morceaux ou émincés pour une salade, tandis que vous réserverez les plus gros d'entre eux pour les cuisiner farcis. Ensuite, vérifiez leur couleur, qui doit être uniforme, crème (entre blanc et brun) ou rosée, et l'aspect général : le chapeau doit être joufflu, rebondi et bien fermé autour du pied.

En cuisine Cru ou cuit, le champignon de Paris se prête à une multitude de recettes. Émincé, il garnira salade de mâche ou de roquette ; entier, il se savourera farci au moment de l'apéritif. Coupé en morceaux, il garnira délicieusement les brochettes de l'été. Sauté ou poêlé, il accompagnera une volaille ou une viande blanche.

Comment le conserver ? Pas plus de 72 heures, enfermé dans un sac en papier, et dans le bac à légumes du réfrigérateur.

Éléments nutritionnels Peu calorique (15 kcal pour 100 g), il est riche en fibres et en oligoélément (sélénium), en vitamines B, D et K (qui favorise la circulation sanguine), et plus modérément, en protéines.

L'idée facile et bluffante

Champignons farcis au fromage « ail et fines herbes » Prenez de gros champignons de Paris, nettoyez-les en les essuyant dans un linge humide et retirez les pieds. Citronnez les chapeaux, garnissez-les de fromage à l'ail et aux fines herbes et servez au moment de l'apéritif.

Girolle, une allure folle

Fine et élancée, également vendue sous le nom de «chanterelle», l'élégante girolle possède une allure folle. Sa couleur est jaune orangé et son chapeau de forme convexe peut atteindre de 4 à 10 cm. Il domine un pied légèrement évasé qui mesure entre 5 et 7 cm. Sa chair délicate est ferme et possède une saveur douce et légèrement fruitée qui reste croquante, même après cuisson.

Au moment de l'achat Vérifiez bien sa fermeté et l'uniformité de sa couleur qui doit être sans taches. Laissez de côté les girolles qui seraient visqueuses : au toucher, ces champignons doivent au contraire être secs et posséder une texture duveteuse et veloutée.

En cuisine Dégustez-la cuite, revenue dans du beurre ou de l'huile d'olive, et utilisez-la pour garnir omelettes ou œufs brouillés. Juste sautée, elle accompagnera divinement volailles, lapin ou poissons gras. Sachez en outre qu'elle apprécie la saveur de la crème fraîche et qu'elle se marie délicieusement aux herbes de Provence.

Comment les conserver ? De 24 heures à 48 heures dans le bac à légumes du réfrigérateur, enfermées dans un sac en papier ou enveloppées dans un linge humide. On peut aussi les conserver dans des bocaux stérilisés.

Éléments nutritionnels Riches en fibres, en oligoéléments (sélénium, potassium et fer) et en vitamines B, D (parfait pour le développement osseux) et E, les girolles possèdent 28 kcal pour 100 g.

L'idée facile et bluffante

Tagliatelles aux girolles Versez un filet d'huile d'olive dans une sauteuse et faites-y dorer une gousse d'ail écrasée. Puis ajoutez des girolles préalablement nettoyées et coupées en morceaux, et prolongez la cuisson 5 minutes. Retirez la gousse d'ail et jetez-la. Laissez mijoter 10 minutes. Portez une casserole d'eau salée à ébullition et faites-y cuire des tagliatelles pour qu'elles soient al dente. Égouttez-les et ajoutez-les dans la sauteuse avec un peu de basilic ciselé. Salez, poivrez, mélangez bien et servez aussitôt.

Trompettedelamort délice évasé

Ce champignon évasé en forme de trompette (évidemment !) appartient à la famille des craterelles. Il peut être également appelé «trompette-des-morts» ou «trompette des Maures» (ce qui est plus rassurant). De couleur noire à gris cendré, il possède une chair mince à la texture légèrement élastique et se ramasse dans les forêts de feuillus. Malgré son nom, c'est évidemment un champignon comestible qui peut mesurer jusqu'à 10 cm.

Au moment de l'achat Vérifiez bien sa couleur qui doit être uniforme et sans taches avec un aspect légèrement brillant. Sachez également que plus elle est jeune, plus elle est noire. Évitez donc les trompettes un peu trop grises et délavées. En revanche, si sa texture est souple et élastique, c'est bon signe.

En cuisine La trompette se déguste cuite. Avant de l'utiliser en cuisine, il est nécessaire de la nettoyer, puis de lui faire rendre son eau de végétation en la faisant revenir dans une poêle avec ou sans matière grasse, selon votre goût. Très à l'aise pour parfumer sauce au vin blanc et à la crème, elle peut tout à fait être servie comme garniture avec une volaille, une truite, ou un rôti de veau. Attention une surconsommation pourrait entraîner des problèmes de digestion.

Comment les conserver ? Très fragiles, les trompettes doivent être préparées le jour même de leur achat. En revanche, vous pouvez les faire sécher, en les liant avec du fil de coton et en les suspendant la tête en bas dans un endroit sec et aéré.

Éléments nutritionnels Avec ses 15 kcal pour 100 g seulement, sa teneur en potassium, en phosphore et en fer et sa richesse en fibres et en vitamines D, E et K, la trompette-de-la-mort constitue un délicieux légume, plein de bienfaits.

L'idée facile et bluffante

Filet mignon de porc aux trompettes-de-la-mort Dans une sauteuse, faites dorer le filet mignon sur toutes ses faces dans un mélange d'huile d'olive et de beurre. Retirez la viande et remplacez-la par un oignon haché. Ajoutez une feuille de sauge, une gousse d'ail, des trompettes et laissez colorer légèrement, puis versez 1 ou 2 cuillerées à soupe de whisky. Laissez l'alcool s'évaporer avant d'ajouter de la crème fraîche. Remettez la viande, couvrez et laissez cuire 25 minutes à feu doux. Servez avec du riz ou des pommes vapeur.

Morille, la jolie printanière

C'est l'un des rares champignons du printemps, et s'il fait un peu figure d'intrus dans ce dossier, il y a néanmoins toute sa place, ne serait-ce qu'en raison de son chapeau alvéolé, de son parfum puissant et de sa saveur exquise qui font de lui un légume extrêmement recherché par les amateurs. Les morilles poussent en altitude sous les sapins, même si on peut en trouver ailleurs, notamment au bord de certains cours d'eau. Assez peu vendues sur les marchés, il n'est pas si facile de les trouver fraîches. On les déguste donc le plus souvent séchées ou en bocal. Et dans ce cas-là, il n'y a pas de saison.

Au moment de l'achat Si vous avez la chance d'en trouver sur les étals, préférez-les petites et souples. Leur couleur peut varier selon les variétés, mais reste dans des teintes foncées (pourpre, fauve, noire…).

En cuisine Les morilles fraîches se préparent d'une manière un peu particulière, puisqu'il est recommandé d'utiliser un pinceau pour nettoyer les alvéoles. Il est également conseillé de les rincer sous l'eau courante avant de les faire sécher. Sèches, les morilles doivent être réhydratées avant utilisation. Il suffit pour cela de les faire tremper dans un bol d'eau tiède pendant une heure environ, avant de les rincer rapidement à l'eau claire plusieurs fois. Délicieuses pour aromatiser des sauces, elles s'associent parfaitement à la crème et au vin jaune, ce vin du Jura, aux arômes de noix. Ainsi préparées, elles se dégustent avec de la volaille, du veau, des noix de Saint-Jacques, du homard, ou plus simplement, des pâtes.

Comment les conserver ? La morille se conserve entre 24 et 48 heures dans le bac à légumes du réfrigérateur. Si vous en avez ramassé une grosse quantité, vous pouvez également les faire sécher. Pour cela, enfilez-les sur du fil de coton et suspendez-les dans un endroit sec et aéré.

Éléments nutritionnels Avec 28 kcal pour 100 g, la morille est un légume faiblement calorique. Elle est également riche en vitamines des groupes B, D, E et K (essentielle pour la coagulation sanguine).

L'idée facile et bluffante

Escalopes de poulet aux morilles et à la crème de mont-d'or

Réhydratez des morilles dans un bol d'eau tiède pendant 1 heure. Égouttez-les, filtrez le jus et réservez-le. Rincez les morilles à l'eau pour éliminer les grains de sable. Faites poêler des escalopes de poulet dans du beurre. Une fois colorées, retirez-les et remplacez-les par les morilles. Ajoutez un peu d'eau de réhydratation, de la crème fraîche et des lamelles de mont-d'or. Nappez les escalopes quand le fromage est fondu. Dégustez.

Truffe, champignon d'exception

La truffe est un champignon particulier dont le prix au kilo peut atteindre quelques milliers d'euros. C'est un produit d'exception qui n'a pas d'équivalent. Rare, impossible à cultiver, elle se développe en symbiose avec certains arbres (chênes, hêtres, châtaigniers…). Parmi ses grandes variétés, citons la truffe noire du Périgord («Tuber melanosporum»), la truffe d'été («Tuber aestivum», également surnommée truffe de la Saint-Jean), la truffe grise («Tuber uncinatum») que l'on trouve notamment dans l'est de la France ou la truffe blanche du Piémont («Tuber magnatum»).

Au moment de l'achat Une bonne truffe doit être ferme au toucher, dense, lourde, avec un parfum puissant. Une fois coupée, sa chair présente un aspect marbré d'une couleur qui peut varier selon les espèces (de chocolat pour la truffe grise à brun foncé pour celle du Périgord, en passant par la couleur crème pour la truffe blanche).

En cuisine Ce produit aime les mets d'exception comme les plats les plus simples. Il suffit de quelques lamelles, crues ou cuites, pour parfumer une recette. Elle est par exemple très à l'aise avec les volailles, le veau, certains gibiers, le homard ou le foie gras. Elle parfume certaines sauces et est délicieuse avec du brie de Meaux fermier ou un camembert de Normandie.

Comment les conserver ? Dans le bac à légumes du réfrigérateur, les truffes se conservent quelques jours seulement. On peut les garder plusieurs mois en les plongeant dans un bocal de cognac ou de graisse de canard.

Éléments nutritionnels La truffe contient 25 kcal pour 100 g. Elle est riche en protéines, en fibres, en potassium, ainsi qu'en vitamines B, D et K.

L'idée facile et bluffante

Œufs brouillés à la crème fraîche et à la truffe Battez des œufs dans un saladier, ajoutez quelques lamelles de truffe. Salez et poivrez. Au bain-marie et à feu doux, faites cuire les œufs brouillés, tout en fouettant. Lorsque les œufs commencent à cuire, ajoutez une noix de beurre et un peu de crème fraîche. Comptez encore 2 ou 3 minutes de cuisson et dégustez.

Pied-de-mouton, des aiguillons sous le chapeau

Muni d'un large chapeau qui peut s'étaler jusqu'à 15 cm de diamètre et se souder à ses voisins, le pied-de-mouton présente une allure irrégulière et bosselée, une couleur claire et uniforme (jaune, beige, blanchâtre) et une texture cassante. Sous son chapeau, des aiguillons (là ou d'autres champignons possèdent des lamelles) de la même couleur que le chapeau, tombent sur le pied, un peu comme des stalactites. Cette particularité permet de le reconnaître presque à coup sûr.

Au moment de l'achat Très fragile, il se casse facilement, manipulez-le donc avec délicatesse, à la fois pour respirer son odeur (qui doit être agréable) et examiner sa couleur (qui doit être uniforme). Évitez les champignons flétris ou desséchés. Les spécialistes préconisant également de choisir les spécimens les plus clairs possibles, signe de jeunesse, car le pied-de-mouton devient amer en vieillissant.

En cuisine Si vous craignez son amertume, n'hésitez pas à le faire blanchir quelques minutes. Certains recommandent même de retirer les aiguillons sous le chapeau. Pour le reste, il se prépare classiquement, sauté à la poêle et dégusté avec une persillade aillée. Délicieux dans une tourte forestière, avec des morceaux de volaille et de la béchamel, il aime la crème fraîche et accompagne viande blanche ou poisson gras. Côté légumes, il apprécie la compagnie des pommes de terre avec lesquelles il peut même être sauté.

Comment le conserver ? Le pied-de-mouton se conserve mieux que les autres. Vous pouvez le garder jusqu'à cinq jours dans le bac à légumes du réfrigérateur, et si la récolte a été bonne, vous pouvez le découper en tranches et le faire sécher au four à faible thermostat, avant de l'enfermer dans une boîte hermétique où il pourra rester plusieurs semaines, voire plusieurs mois.

Éléments nutritionnels Un apport calorique faible (15 kcal pour 100 g), une bonne teneur en fibres, en protéines et en oligoéléments (potassium, phosphore et fer), le pied-de-mouton est également très riche en vitamines et notamment en vitamine D, indispensable pour préserver son capital osseux.

L'idée facile et bluffante

Pieds-de-mouton au curry Nettoyez les pieds-de-mouton et coupez-les en morceaux. Faites-les sauter dans un mélange d'huile d'arachide et d'huile de sésame, avec 1 ou 2 échalotes hachées, de l'ail et du persil. Saupoudrez de curry, ajoutez 2 cuillerées à soupe de vinaigre de Xérès, le jus d'un citron vert et faites cuire jusqu'à évaporation complète. Ajoutez autant de crème que vous voulez, salez et dégustez avec du riz blanc.

Pleurote, le champignon au pied excentrique

Comme le cèpe ou le pied-de-mouton, le pleurote fait partie de la grande famille des basidiomycètes. Mais contrairement à eux, il possède un pied excentrique (cela signifie que le pied n'aboutit pas au centre du chapeau) qui signe sa particularité. Trois grandes variétés comestibles poussent du début de l'automne à la fin de l'hiver dans nos sous-bois : le pleurote corne-d'abondance à la saveur de noisette, le pleurote du panicaut, dont le chapeau possède une couleur brune, et le pleurote en huître, dont la forme évoque celle du célèbre coquillage.

Au moment de l'achat Choisissez de préférence des spécimens intacts ou très peu abîmés et rejetez les champignons visqueux ou marqués de taches. Leur couleur doit être assez uniforme ; et leur odeur, évoquer celle du fenouil.

En cuisine Après l'avoir nettoyé, découpé et avant de l'intégrer dans une recette, il peut être utile de lui faire perdre son eau de végétation. Pour cela, n'hésitez pas à le faire revenir dans une poêle, à feu doux et sans matière grasse. Ensuite, consommez-le comme vous le souhaitez : sauté, poêlé, braisé, intégré dans une omelette ou servi avec des noix de Saint-Jacques à la crème.

Comment les conserver ? Conservez-les un à deux jours dans le bac à légumes du réfrigérateur.

Éléments nutritionnels Le pleurote apporte des vitamines B, D, E et K, des fibres, des protéines et des oligoéléments. Composé à 90 % d'eau environ, il est peu calorique.

L'idée facile et bluffante

Risotto aux pleurotes et au champagne Dans une sauteuse, faites revenir dans de l'huile d'olive un oignon haché. Ajoutez du riz arborio, mélangez pour le faire « nacrer » et versez 2 verres de champagne. Après absorption, ajoutez une louche de bouillon. Mélangez jusqu'à ce que le riz l'ait absorbé et renouvelez l'opération jusqu'à cuisson complète. Ajoutez du parmesan râpé, du beurre en noisette et des pleurotes coupés en morceaux et poêlés dans de l'huile d'olive, jusqu'à coloration.

Les recettes préférées de la rédaction

À tester pour se régaler...

Tempuras de cèpes

Pour 6 personnes
Préparation 20 minutes
Cuisson 10 minutes

- 500 g de cèpes
- 2 brins de persil plat
- 1 œuf
- 200 g de farine
- 20 cl d'eau glacée
- bain de friture
- fleur de sel

1 Nettoyez les cèpes avec un linge. Coupez-les en lamelles du pied au chapeau. Lavez, séchez et ciselez les brins de persil. Préparez la pâte à tempura : fouettez dans un saladier l'eau glacée avec l'œuf entier. Incorporez peu à peu la farine en fouettant, ajoutez le persil et mélangez.

2 Faites chauffer le bain de friture. Passez les lamelles de cèpes dans la pâte à tempura, égouttez légèrement, puis plongez-les délicatement dans l'huile chaude. Faites-les frire 20 secondes.

3 Égouttez-les sur du papier absorbant. Parsemez de fleur de sel. Servez chaud.

Œufs à la crème de truffe et jambon

Pour 6 personnes
Préparation 5 minutes la veille
10 minutes le lendemain
Cuisson 10 minutes

- 1 truffe noire en bocal avec son jus
- 3 tranches de jambon cru
- 12 œufs extra frais
- 30 cl de crème liquide
- 30 g de beurre
- huile d'olive
- sel et poivre

1 La veille, sortez la truffe de son jus, mettez-la dans un bocal, couvrez d'huile d'olive et fermez. Réservez le jus. Le lendemain, versez la crème avec le jus de truffe dans un bol. Salez et poivrez. Coupez les tranches de jambon cru en deux.

2 Préparez un bain-marie. Préchauffez le four à th. 7/8 – 220 °C. Égouttez la truffe et coupez-la en lamelles. Beurrez 6 ramequins. Placez une demi-tranche de jambon dans chacun. Répartissez-y la crème à la truffe et cassez-y 2 œufs. Salez et poivrez. Parsemez de lamelles de truffe.

3 Placez les ramequins dans le bain-marie. Enfournez pour 10 minutes. Servez chaud.

Filet mignon aux girolles

Pour 6 personnes
Préparation 30 minutes
Cuisson 35 minutes

- 2 filets mignons de 400 g pièce
- 800 g de girolles • 1 bouquet de petits oignons grelot • 3 brins de persil plat • 30 g de beurre
- 4 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 c. à soupe de miel
- 1 c. à soupe de Maïzena
- 1 cube de bouillon de légumes
- sel et poivre

1 Nettoyez les girolles avec un linge humide. Lavez, séchez et ciselez le persil. Dans une poêle, faites suer dans le beurre fondu les girolles et le persil, jusqu'à évaporation de l'eau. Salez, poivrez et réservez. **2** Pelez les oignons et coupez-les en deux. Chauffez l'huile dans une cocotte et dorez les filets sur chaque face. Assaisonnez, réduisez le feu et ajoutez les oignons. Couvrez d'eau. Ajoutez le cube de bouillon, le miel, remuez. Couvrez et faites cuire à feu doux 25 minutes. **3** Réchauffez les girolles. Délayez la Maïzena dans 5 cl d'eau, versez dans le jus de cuisson et portez à petits bouillonnements. Fouettez jusqu'à épaississement. **4** Découpez la viande en tranches épaisses. Placez-les dans les assiettes avec les oignons et les girolles. Arrosez de sauce.

Risotto aux morilles

Pour 6 personnes
Préparation 15 minutes
Cuisson 35 minutes

- 250 g de morilles fraîches
- 250 g de champignons de Paris
- 275 g de riz rond (de type arborio)
- 2 oignons
- 100 g de parmesan râpé • 50 g de beurre
- 90 cl de bouillon de légumes
- 5 cl de vin blanc
- 3 c. à soupe d'huile d'olive
- sel et poivre

1 Lavez les morilles plusieurs fois. Nettoyez les champignons de Paris et coupez-les en lamelles. Faites fondre 30 g de beurre dans une sauteuse et ajoutez le tout. Salez, poivrez et laissez cuire 15 minutes à couvert. Découvrez ensuite, jusqu'à entière évaporation de l'eau. Réservez. **2** Chauffez le bouillon de légumes. Pelez et émince les oignons. Chauffez l'huile d'olive dans une cocotte. Versez-y le riz, les oignons, et faites-les revenir jusqu'à les rendre translucides. **3** Mouillez avec le vin blanc et laissez cuire en mélangeant sans arrêt jusqu'à complète absorption du vin. Versez alors une louche de bouillon, remuez et faites cuire jusqu'à absorption. Poursuivez la cuisson 15 à 18 minutes, en ajoutant du bouillon à mesure que le riz l'absorbe. Assaisonnez. **4** Incorporez le beurre restant en parcelles, le parmesan et mélangez. Réchauffez les champignons et répartissez-les avec le risotto dans 6 bols.

ANJOU

Les vins qui ont un fleuve pour terroir.

Une robe rubis et de délicates saveurs fruitées, découvrez ces **GRANDS ROUGES DE LOIRE :**

ANJOU
SAUMUR
TOURAINE

vinsdeloire.fr

vins de LOIRE

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION

La bière autrement

Deux bouteilles se battent en duel dans le bas du réfrigérateur ? Plutôt que d'organiser un apéro peu sexy avec sa moitié, pourquoi ne pas cuisiner ce breuvage ? Suivez le guide.

Par Julien Trubert

Anglais, Allemands et Belges supplantent aisément les Français en matière de bière. Depuis des lustres, nos voisins excellent dans la fabrication et la consommation de cette boisson. Ils ont aussi compris, bien avant nous, l'intérêt de la mêler aux plats. Idéale pour déglacer, faire mijoter, parfumer… elle s'emploie de façon traditionnelle ou au cœur de mets novateurs.

Un brin d'histoire

La naissance de la bière et son utilisation culinaire en Mésopotamie remontent, selon les chercheurs, à au moins six siècles avant notre ère. Au fil des siècles, sa consommation s'étend ; jusqu'à l'Europe, où elle devient la boisson des pauvres, quand les plus riches privilégient le vin, associé aux dieux romains et grecs. La Bavière et plus généralement les peuples du Nord s'approprient néanmoins la bière, la préférant même à l'eau, responsable de maladies en tout genre. Le Moyen Âge officialise son arrivée dans la gastronomie, poissons, viandes et fruits de mer se servant bouillis sur les tables nobles, tandis que les soupes à base de bière nourrissent les démunis. Ce n'est qu'à partir des années 1950 qu'un véritable travail de la part de chefs remet la belle au goût du jour.

La carbonade flamande profite de cet intérêt. Cette variante belge du bœuf bourguignon laisse la part belle à la bière brune, qui cuit la viande, les oignons, le pain d'épices et la cassonade, ajoutés. Les endives retrouvent aussi une place de choix (au four ou en soupe) et le « welsh », plat typiquement gallois à base de cheddar et de bière ambrée, envahit les brasseries du nord et de l'est de la France.

L'heure de la rébellion

Peu de monde cuisine à la bière désormais, lui préférant une huile d'olive synonyme de cuissons rapides. Il est pourtant possible de l'utiliser à la place d'autres liquides ; de l'eau, par exemple, dans la préparation d'un risotto ou simplement pour la cuisson du riz. Celui-ci se gorge d'arômes fruités et d'amertume, gagne en tempérament et surprend par sa saveur sortant de l'ordinaire. Un bouillon de volaille ou de légumes remplacé pour moitié par le breuvage, et voilà une onctuosité équivalente dans un plat radicalement revisité.

Soirée fromage

Exit le vin face à un bon plateau de fromages ! Les connaisseurs conseillent en effet une dégustation avec de la bière. La règle à connaître ? Les goûts les plus forts vont merveilleusement ensemble. Quand un brie s'accompagne d'une blanche sage, un bleu de Bresse donne son meilleur aux côtés d'une brune de caractère. L'absence d'acidité, ce qui n'est pas le cas avec le vin, serait à l'origine de cet accord entre fromage et bière, tout comme la carbonisation de la boisson, qui permet de stimuler le palais, soulignant ainsi les saveurs.

La bière attendrit et aromatise les viandes. Une cocotte en fonte, un rôti ou une cuisse de volaille, quelques légumes coupés grossièrement, un zeste de patience, et voici un repas facilement exécuté. Plutôt poisson ? Pocher un filet lui donne un coup de fouet, selon la puissance de la bière choisie. Même bilan pour une marinade en bonne et due forme. Pâtes, crêpes, gaufres et autres douceurs raffolent, elles aussi, de l'amie bière, qui dote ces préparations d'une légèreté bienvenue. Très en vogue actuellement : le tiramisu à la bière

brune (stout), qui imbibe les biscuits. Tellement tendance que les experts ont même donné un nom à ce dessert : le « birramisu ». Côté sauce, le déglaçage du moment allie bière et sauce soja. Au moment opportun, 20 centilitres de la première et 3 centilitres de la seconde sont versés dans la poêle pour cinq minutes de cuisson active… le tour est joué ! La bière n'est plus uniquement considérée comme une boisson désaltérante à consommer devant un match de foot, mais comme un ingrédient à part entière.

Quartiers de courge enlardés rôtis à la bière

Pour 4 personnes
Préparation : 15 minutes
Cuisson : 30 minutes

- 12 tranches fines de lard
- 1 kg de courge
- 1 petit verre de bière
- 1 gros oignon rouge
- 1 petit bouquet de cerfeuil
- 2 c. à soupe de sirop d'érable
- huile d'olive fruitée
- sel et poivre

1 Préchauffez le four à th. 7 – 210 °C. Retirez l'écorce, les filaments et les graines de la courge. Coupez-la en 12 quartiers. Huilez-les légèrement avec un pinceau de cuisine puis entourez chaque quartier d'une tranche de lard. Disposez-les dans un plat allant au four. **2** Pelez et émincez l'oignon rouge en fins quartiers. Lavez et ciselez le cerfeuil. Ajoutez-les dans le plat. Arrosez de sirop d'érable. Salez légèrement et poivrez. Enfournez pour 20 minutes. Versez la bière dans le fond du plat et continuez la cuisson pendant 10 minutes. Servez aussitôt.

Poires pochées à la bière blanche

Pour 4 personnes
Préparation : 25 minutes
Cuisson : 25 minutes

- 6 poires • 60 cl de bière blanche
- 250 g de sucre • 1 citron (jus)

Pour la crème : • 3 œufs
- 40 cl de crème • 25 cl de lait
- 120 g d'amandes en poudre
- 120 g d'amandes effilées grillées • 60 g de sucre
- 2 c. à soupe de Maïzena
- 1 gousse de vanille • sel

1 Versez 20 cl d'eau et la bière dans une grande casserole. Ajoutez le sucre et le jus du citron. Portez à ébullition. Pelez, coupez en deux et épépinez les poires. Plongez-les dans le sirop. Faites cuire 15 minutes sur feu doux, à couvert. Laissez refroidir. **2** Préparez la crème : chauffez dans une casserole le lait, la crème, le sucre et la gousse de vanille fendue et ses graines prélevées. Ajoutez la poudre d'amande et laissez cuire 3 minutes. Retirez du feu et laissez infuser 30 minutes. Filtrez alors dans une autre casserole. **3** Incorporez la Maïzena et mélangez sur feu doux pour obtenir une crème épaisse. Laissez refroidir. Séparer les blancs d'œufs des jaunes. Mélangez 2 jaunes dans la crème. Battez les 3 blancs en neige avec du sel. Incorporez-les à la préparation. Placez 4 heures au frais. Avant de servir, saupoudrez d'amandes effilées.

marmiton

Jetez les assiettes...

... place aux VERRINES !

Par définition festive, par conviction sans frontières, la verrine fait aujourd'hui figure d'incontournable dans le domaine de la présentation facile, chic et déclinable à l'infini ! Afin de ne pas la cantonner aux débuts et fins de repas (entendez apéritif et dessert), Marmiton a décidé de pousser le bouchon un peu plus loin en vous proposant non pas un, ni deux mais bien six menus 100 % verrines pour en mettre plein la vue, se régaler léger, recevoir sans stress grâce à des recettes très rapides ou prêtes la veille... À vos verrines. Prêts ? Verrinez !

En savoir plus...

Menu poids plume

Qui a dit que c'était léger ? Certainement pas vous ;-) Gardez le secret bien gardé et les invités n'y verront que du feu. Agrémentez d'une petite salade verte et le tour est joué.

Verrine de rillettes de thon et concombre

N'hésitez pas à remplacer le thon par du maquereau au vin blanc ou à la moutarde. Gardez quelques jolies rondelles de concombre que vous placerez à cheval sur le verre en guise de décoration.

* Retrouvez les recettes page 47

VERRINE DE FRAMBOISE LIGHT

Réalisez une glace minute avec les mêmes ingrédients : mixez-les tous ensemble puis remplissez de cette préparation les pots de petit-suisse vides. Plantez un bâton au centre puis faites prendre au congélateur.

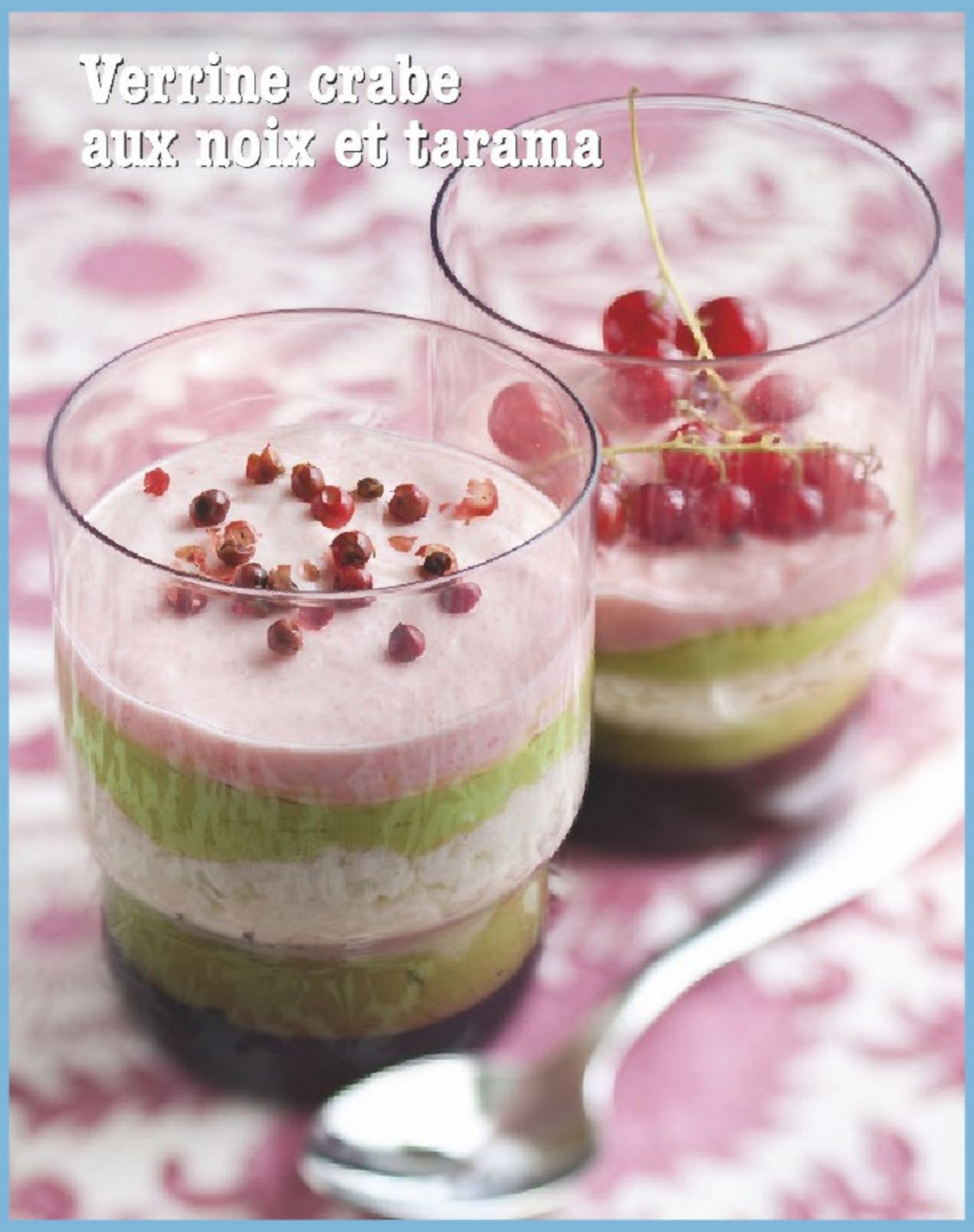
Verrine toute rose

Ajoutez un brin d'originalité à la recette en ajoutant des framboises dans la préparation et en guise de déco : vous verrez, les enfants n'auront jamais eu autant envie de manger de la betterave.

recette girly

Menu plein les yeux

Ça en jette. Les soucis de présentation sont terminés, les verrines ont débarqué. Pour mettre tous les atouts de votre côté, choisissez vos récipients avec soin et changez-en pour chaque plat. Un vrai défilé, en somme !



Verrine de noix de saint-jacques

Étonnez avec du riz sauvage ou du riz noir, qui apportera une touche de couleur fort originale.

VERRINE AUX FRUITS ET AUX 3 CHOCOLATS
Testez avec du chocolat à l'orange, du chocolat praliné ou encore du chocolat blanc à la noix de coco.

* Retrouvez les recettes page 48

Menu préparé à l'avance

Verrine de légumes grillés au basilic

Le deal ? Préparer tous les ingrédients la veille (cuisson, découpe…) et monter les verrines le jour même pour une présentation au top.

VERRINES AUX POMMES ET CARAMEL
Vanille et cannelle iront à merveille avec ce dessert, n'hésitez pas à en ajouter dans les pommes ou dans la chantilly.

Crème de brocolis en verrine et son cœur d'artichaut

Vous pouvez aussi prendre des petits artichauts violets à l'huile, qui apporteront une texture un peu différente et un goût d'artichaut plus subtil.

* Retrouvez les recettes page 49

Verrine de rillettes de thon et concombre

Pour 6 personnes
Préparation 15 minutes

- 1 grosse boîte de thon (environ 350 g égoutté)
- 18 crevettes décortiquées
- 150 g de St Moret
- 1 petit concombre
- 1 citron
- 2 c. à soupe de ciboulette ciselée
- 3 c. à soupe de vinaigrette de votre choix
- sel et poivre

1 Coupez en petits dés le concombre. Assaisonnez-le avec de la vinaigrette de votre choix. Mélangez le thon avec le St Moret et écrasez le tout à la fourchette. Ajoutez le jus d'une moitié du citron. Amalgamez bien le tout. Salez et poivrez les rillettes. Ajoutez ensuite la ciboulette.

2 Dans des verrines, remplissez d'une couche de concombre, d'une de rillettes de thon, puis les crevettes. Décorez d'une rondelle du demi-citron restant. Réservez au frais jusqu'au moment de servir.

RECETTE PROPOSÉE PAR BLANDINE_37

L'AVIS DES INTERNAUTES
VERONIQUE_141 5/5 Excellent! J'ai ajouté dessus des tomates en (très) petits cubes pour la couleur, c'était fabuleux et rapide à faire. À resservir sans hésitation.

Verrine toute rose

Pour 6 personnes
Préparation 10 minutes

- 1 betterave (déjà cuite)
- 1 gousse d'ail
- 1 yaourt
- sauce tamari
- herbes fraîches pour la déco finale
- sel et poivre

1 Mixez la betterave avec le yaourt (gardez-en un peu pour la déco) et l'assaisonnement : sel, poivre, tamari (quelques gouttes), ail. Versez dans les verrines.

2 Décorez d'une petite quenelle de yaourt assaisonné et parsemez d'herbes. Mettez au frais en attendant de vous régaler.

RECETTE PROPOSÉE PAR ISAS

L'AVIS DES INTERNAUTES
DELPHINE_3580 5/5 Je voulais une verrine originale et jolie, je l'ai trouvée. Très bon pour ceux qui apprécient la betterave, car le goût est assez prononcé.

Verrine de framboise light

Pour 4 personnes
Préparation 15 minutes
Réfrigération 2 heures

- 250 g de framboises
- 8 petits-suisses à 0 %
- 7 c. à café d'édulcorant

1 Réservez quelques framboises, mettez le reste dans un récipient et écrasez avec le dos d'une cuillère. Ajoutez 1 cuillerée à café d'édulcorant.

2 Mettez les petits-suisses dans un autre récipient. Ajoutez le reste d'édulcorant et mélangez. Remplissez vos verrines en commençant par le petit-suisse et en alternant avec de la framboise : il faut vous arranger pour terminer par une couche de petit-suisse, afin de pouvoir poser au sommet de chaque verrine des framboises réservées. Mettez au frais pour 2 heures. Dégustez…

RECETTE PROPOSÉE PAR LUCIE_665

L'AVIS DES INTERNAUTES
CELINE_2327 5/5 Vraiment excellent! Dessert très frais et sympa, mes invités ont vraiment apprécié. J'ai fait la recette avec des framboises congelées.

Verrine de mousse au chèvre

Pour 8 personnes
Préparation 20 minutes
Cuisson 30 minutes
Réfrigération 2 heures

- 4 yaourts crémeux • 1 chèvre frais
- 1 bon morceau de parmesan
- 3 pommes • 1 bouquet de roquette • 1 noix de beurre
- huile d'olive, vinaigre balsamique, piment d'Espelette

1 Dans une casserole, faites compoter au beurre les pommes pelées et coupez en cubes.

2 Râpez du parmesan frais. À l'aide d'une cuillère, faites des petits tas sur du papier sulfurisé, puis mettez à four chaud sur position gril. Une fois le parmesan roussi, retirez du four et disposez les tuiles chaudes sur un rouleau à pâtisserie pour obtenir un effet courbé après refroidissement.

3 Préparez la vinaigrette (huile, vinaigre et piment) et nappez-en la roquette. Mixez les yaourts et le fromage de chèvre frais.

4 Disposez dans la verrine en respectant cet ordre : compote de pomme, crème de chèvre, roquette puis tuile de parmesan. Réservez au frais pendant au moins 2 heures.

RECETTE PROPOSÉE PAR STEPHANIE_2208

Verrine crabe aux noix et tarama

Pour 2 personnes
Préparation 15 minutes

- 100 g de crabe en boîte
- 100 g de tarama
- 1 avocat bien mûr
- 3 noix
- 5 c à soupe de crème fraîche
- 1 c. à soupe de jus de citron
- sel

1 Mixez l'avocat avec 1 cuillerée à soupe de crème, du sel et le jus de citron. Extrayez au maximum le jus du crabe, émiettez la chair dans un bol et ajoutez 3 cuillerées à soupe de crème. Mélangez.

2 Ouvrez les noix et mixez ou écrasez grossièrement les cerneaux. Ajoutez au crabe. Dans un autre récipient, mélangez la crème restante avec 1 cuillerée à soupe bombée de tarama.

3 Remplissez chaque verre dans cet ordre :

- une couche de mélange à l'avocat ;
- une couche de mélange au crabe ;
- une nouvelle couche d'avocat ;
- puis la couche de tarama.

Décorez avec un petit fruit physalis, une branche de groseilles ou encore un peu d'aneth.

RECETTE PROPOSÉE PAR PAAZTEK

Verrine de noix de saint-jacques

Pour 2 personnes
Préparation 20 minutes
Cuisson 15 minutes

- 10 noix de saint-jacques sans corail
- 60 g de riz
- 2 tomates • 10 g de beurre
- 2 cl de crème fraîche
- 2 c. à café de sauce de soja

1 Coupez les noix de saint-jacques en deux puis faites-les dorer à la poêle dans le beurre (réservez-en 2 pour la présentation). Laissez cuire 5 minutes et ajoutez la sauce de soja et la crème fraîche. Poursuivez la cuisson 5 bonnes minutes. Pendant ce temps, faites cuire le riz.

2 Coupez les tomates en tout petits dés. Une fois tous vos ingrédients prêts, disposez dans chaque verrine : les noix de saint-jacques avec leur sauce (réservez-en un peu pour le dessus), puis une couche de tomate et une de riz. Pour finir la présentation, disposez sur chaque verrine 1 noix de saint-jacques dorée et le reste de sauce.

RECETTE PROPOSÉE PAR VICONICO

Verrine aux fruits et aux 3 chocolats

Pour 6 personnes
Préparation 45 minutes
Réfrigération 3 h 30

- 1 kiwi • 1 banane • 1 poire
- 100 g de chocolat noir
- 90 g de chocolat blanc
- 90 g de chocolat au lait • 2 œufs
- 10 cl de crème très froide
- 10 cl de crème non refroidie
- 4 crêpes dentelle émiettées

1 Coupez les fruits en morceaux et répartissez-les dans chaque verrine (réservez-en pour la déco). 2 Dans un bol, râpez le chocolat noir. Chauffez au micro-ondes la crème non refroidie 2 minutes à puissance moyenne (500 W), versez-la sur le chocolat. Répartissez le tout sur les fruits, nappez de miettes de crêpes, couvrez d'un film et placez les verrines au frais. 3 Faites fondre le chocolat blanc au bain-marie puis, hors feu, mélangez au fouet. Montez la crème très froide en chantilly et incorporez-la peu à peu au chocolat. Répartissez dans les verrines mises au frais, nappez à nouveau de miettes de crêpes et replacez au frais. 4 Séparez les blancs d'œufs des jaunes. Faites fondre avec un peu d'eau le chocolat au lait au micro-ondes (1 min 30). Ajoutez les jaunes d'œufs et mélangez. Battez les blancs en neige et incorporez-les au chocolat. Répartissez dans les verrines remises au frais, nappez encore de miettes de crêpes et décorez de fruits réservés. 5 Placez encore 3 heures au frais avant dégustation.

Verrine de légumes grillés au basilic

Pour 6 personnes
Préparation 45 minutes
Cuisson 10 minutes

- 1 aubergine
- 1 courgette
- 1 poivron
- 1 gousse d'ail
- basilic frais
- huile d'olive
- sel

1 Rincez les légumes et taillez l'aubergine, la courgette et le poivron en lanières dans la longueur. Faites-les griller au barbecue. Une fois grillés, enlevez la peau des poivrons puis hachez le basilic et la gousse d'ail.

2 Dans une verrine ou un petit bol transparent, intercalez une lanière d'aubergine, une de poivron, une petite couche de basilic, de l'ail, une lanière de courgette, de nouveau une couche de basilic en terminant par une lanière d'aubergine. Parsemez d'huile d'olive et salez très légèrement.

3 Placez les verrines au réfrigérateur un moment : elles se dégustent uniquement fraîches.

LE TRUC EN PLUS DE DANY : au moment de servir, ajoutez quelques lanières de jambon de pays rissolées.

Crème de brocoli et cœur d'artichaut

Pour 4 personnes
Préparation 30 minutes
Cuisson 20 minutes
Repos 12 heures

- 400 g de brocolis en fleurette
- 1 bocal de cœurs d'artichaut à l'huile
- 8 feuilles de menthe
- 2 tranches de jambon cru
- 50 g de lardons
- 8 crevettes
- 120 g de gorgonzola
- 1 c. à soupe de crème fraîche
- 4 c. à soupe d'huile d'olive
- herbes de Provence

1 La veille, faites macérer les cœurs d'artichaut dans 3 cuillerées à soupe d'huile et les herbes. **2** Le jour même, cuisez les brocolis dans une eau salée. Égouttez-les. Faites revenir les lardons. Mélangez le tout et mixez avec la crème. **3** Coupez les cœurs d'artichaut en quatre et les tranches de jambon en deux dans la longueur, puis une fois dans la largeur. Décortiquez les crevettes, faites-les revenir dans l'huile restante et pliez chacune dans un morceau de jambon cru. Maintenez avec un pic. **4** Garnissez le fond de 4 verrines de crème de brocolis, puis de cœurs d'artichaut et de morceaux de gorgonzola. Terminez par la crème de brocolis, 2 crevettes et 1 feuille de menthe. Servez frais.

RECETTE PROPOSÉE PAR CHRISTIAN_174

Verrine aux pommes et caramel

Pour 4 personnes
Préparation 30 minutes
Cuisson 10 minutes
Réfrigération 4 à 12 heures

- 4 pommes Boskoop
- 100 g sucre + 2 c. à soupe
- 6 à 8 palets bretons
- 50 g de beurre
- 25 cl de crème fleurette
- 4 c. à soupe de mascarpone

1 Faites compoter à couvert les pommes pelées et taillées en quartiers avec un peu d'eau et les 2 cuillerées à soupe de sucre. Montez en chantilly la crème fleurette avec 2 cuillerées à soupe de mascarpone. Réservez le tout.

2 Dans une casserole, réalisez sur feu vif un caramel avec les 100 g de sucre et 2 cuillerées à soupe d'eau. Quand celui-ci est brun, hors du feu, ajoutez le beurre, remuez, puis incorporez le mascarpone restant.

3 Dans 4 verrines, émiettez les palets bretons. Disposez dessus une couche de pommes compotées, puis une de caramel. Coiffez le tout de chantilly au mascarpone. Placez au réfrigérateur pour au moins 3 ou 4 heures (une nuit idéalement).

RECETTE PROPOSÉE PAR NADIA_36

Menu prêt en 1 heure

Comment ça, les Dupont viennent dîner ce soir ? Pas de panique, voici un menu ultra rapide à préparer et qui ne fera que conforter votre image de cordon-bleu (mais si, voyons, ne soyez pas modeste !).

VERRINE DE NOUILLES PAPILLONS
Peaufinez la déco en ajoutant de grands copeaux de parmesan et des herbes fraîches. Déclinez la recette avec les pâtes de votre choix ou des pâtes colorées.

Verrine de faisselle au saumon

Réalisez aussi la recette avec du saumon cru mariné dans un peu de citron et d'huile d'olive.

* Retrouvez les recettes page 55

Verrine banane fraise

Les fraises peuvent aisément être remplacées par des framboises, du raisin ou des oranges.

Menu pour recevoir

Petit verre de foie gras

Faites des grands plats en miniature avec ce menu 100 % verrines qui ose tout. Du bœuf haché sur lit de mascarpone, en passant par la coiffe de feta et le verre de foie gras, les convives vont en prendre plein les papilles !

Verrine tomate-concombre coiffée d'une mousse de feta

Verrine de petits pois et bœuf haché

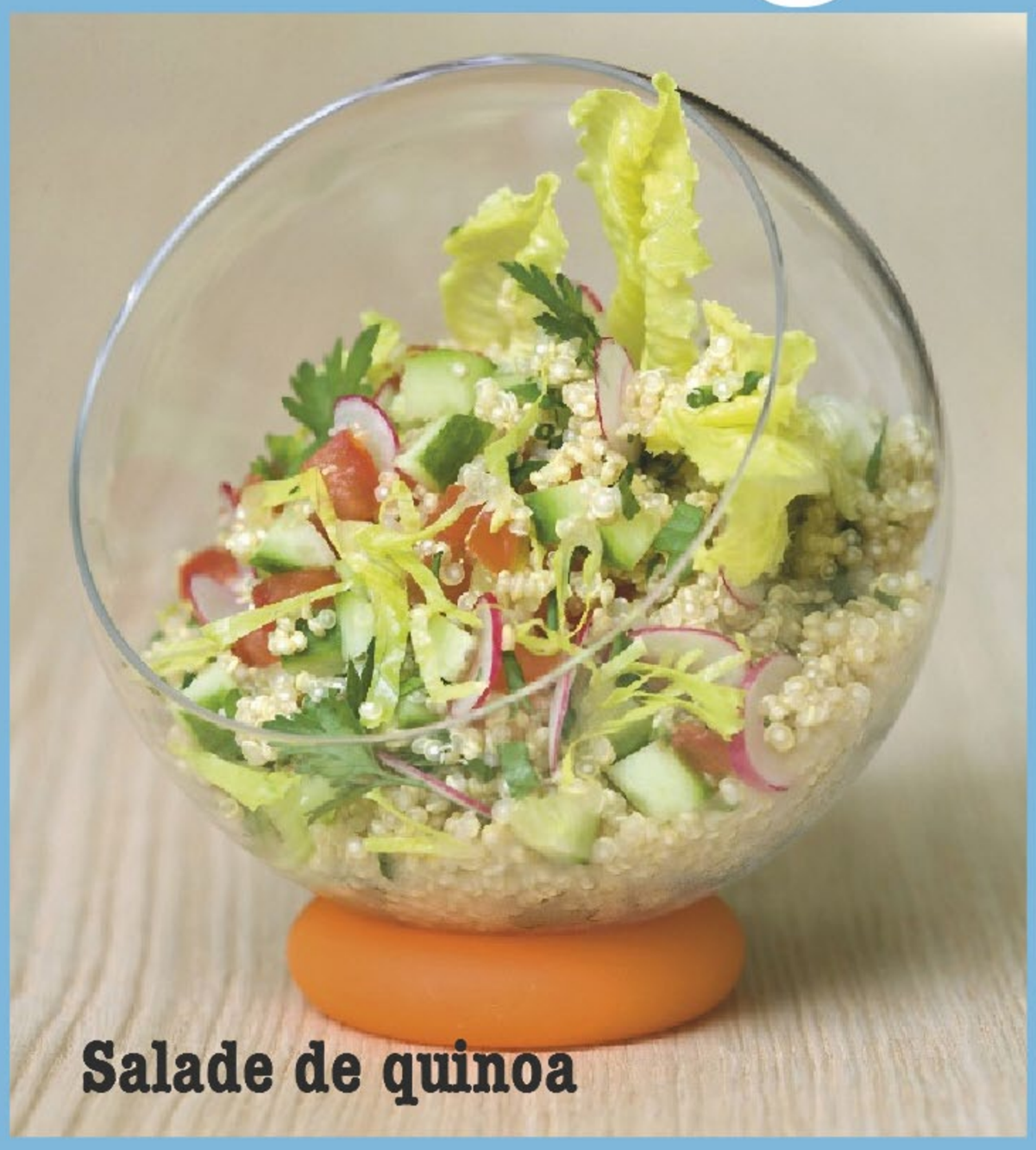
Les petits pois peuvent être remplacés par de la courge butternut ou du potimarron, agrémentés de pépites de châtaignes. Soyons fous !

VERRINE DE FIGUES SUR LIT DE MASCARPONE-CANNELLE

Pour une version sans alcool, remplacez le muscat par du jus de raisin blanc.

* Retrouvez les recettes page 56

Menu végétarien



Salade de quinoa

recette ultra gourmande

Exit les viandes et les poissons, aujourd'hui c'est cure de fruits et légumes. Qui a dit que c'était triste de manger végétarien ? Ode aux saveurs avec un menu gourmand à souhait qui devrait faire des envieux auprès de ceux qui ne jurent que par la viande rouge...

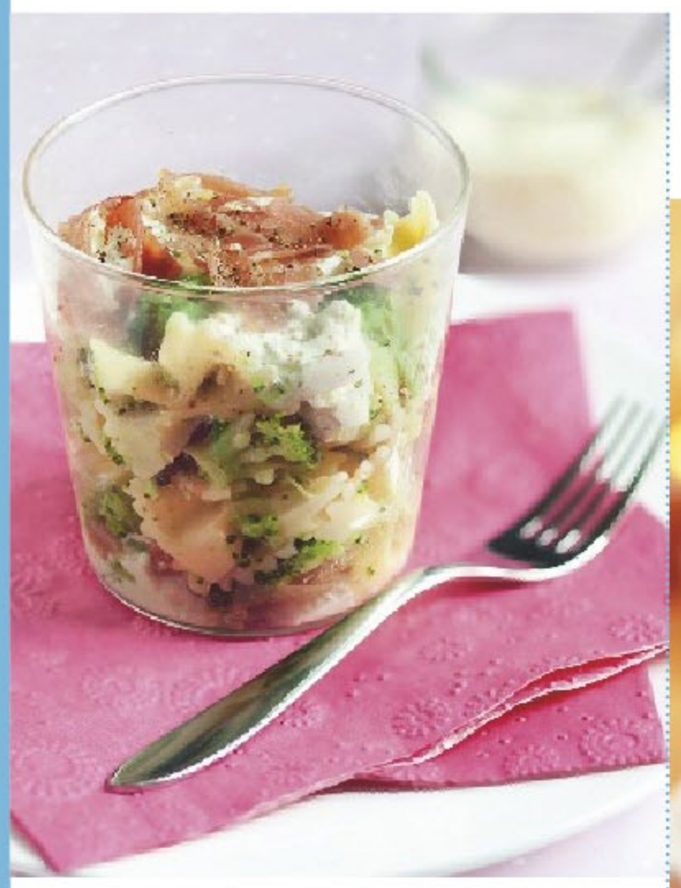
VERRINE CHOCOLAT NOIX DE COCO

Noir, blanc, au lait, choisissez le chocolat que vous préférez, la seule précaution à prendre est de ne pas le cuire en le faisant fondre, mettez-le au bain-marie pour vous assurer qu'il ne soit pas directement en contact avec la source de chaleur.

Petit verre tricolore

La recette peut également être réalisée avec du poivron jaune. Évitez toutefois le poivron vert, qui est moins sucré.

* Retrouvez les recettes page 57



Verrine de nouilles papillon

Pour 4 personnes

Préparation 15 minutes
Cuisson 15 minutes

- 150 à 200 g de nouilles papillons (farfalles)
- 100 g de fromage ail et fines herbes
- 4 tranches de jambon cru
- 1 ou 2 bouquets de brocoli
- beurre

1 Cuisez les nouilles, égouttez-les puis faites-les revenir rapidement dans une poêle avec un peu de beurre. Faites blanchir le brocoli détaillé en petits bouquets et découpez le jambon en lanières.

2 Dressez aussitôt les verrines : déposez dans le fond une noisette de fromage, quelques lanières de jambon, puis les nouilles mêlées aux minibouquets de brocoli, une seconde noisette de fromage, et le restant de jambon : il faut que le tout soit suffisamment chaud pour que le fromage fonde.

RECETTE PROPOSÉE PAR ELSAFIBS

Verrine de faisselle au saumon

Pour 4 personnes

Préparation 10 minutes

- 2 tranches de saumon fumé
- 3 pots de faisselle
- 2 échalotes • 1 bouquet de ciboulette • sel et poivre

1 Dans un grand bol, versez les faisselles égouttées, ainsi que la ciboulette ciselée (mais réservez 8 brins entiers) et les échalotes finement tranchées. Mélangez le tout, salez (très peu car le saumon est déjà très salé) et poivrez. Coupez le saumon en fines lamelles.

2 Dans les verrines, commencez d'abord par la couche de faisselle, puis positionnez vos lamelles de saumon sur le dessus. Pour la décoration, piquez 2 brins de ciboulette réservés. Conservez au frais jusqu'au moment de servir.

RECETTE PROPOSÉE PAR CLAIRE_3067

L'AVIS DES INTERNAUTES
ODILE_110 : 5/5
Super bon ! J'avais quelques doutes mais l'échalote apporte un vrai plus (j'ai fait une version pour ma fille sans échalote). En revanche, au lieu de la ciboulette, j'ai mis de l'aneth et ajouté dans la faisselle des morceaux de saumon fumé. Mes invités en auraient bien voulu encore…

Verrine banane fraise

Pour 4 personnes

Préparation 10 minutes
Réfrigération 1 h 30 (temps du repas)

- 250 g de fraises • 1 banane
- 4 spéculoos
- 1 bombe de crème Chantilly

1 Coupez les fraises en morceaux et la banane en rondelles. Écrasez les spéculoos dans un torchon de façon à en faire une poudre.

2 Alternez bananes, fraises et spéculoos dans les verres, couvrez et placez au Frigidaire pour 1 h 30 (environ le temps du repas). Au moment de servir, sortez les verrines et recouvrez de crème Chantilly.

RECETTE PROPOSÉE PAR BERYL_5

Petit verre de foie gras

Pour 4 personnes

Préparation 10 minutes

Réfrigération 30 minutes

- 16 dés de foie gras mi-cuit
- 16 dés de figues sèches
- 16 dés d'abricots secs
- 8 pistaches non salées broyées
- 4 noisettes broyées
- 32 cl de gelée sur le point de prendre
- 4 petites grappes de groseilles pour la déco

1 Prenez 4 verres à schnaps ou à vodka. Déposez dans chacun 4 dés d'abricots dans le fond, puis 4 dés de foie gras, 4 de figues sèches, 2 pistaches et 1 noisette écrasées.

2 Versez la gelée sur le tout et placez au réfrigérateur pour 30 minutes. Au moment de servir, accrochez 1 grappe de groseilles sur le bord de chaque verre.

RECETTE PROPOSÉE PAR ANITA_11

L'AVIS DES INTERNAUTES

HENRICK_1 5/5 J'ai surpris tout le monde avec cette verrine. Ça revient un peu cher (foie gras) mais elle peut être déclinée avec des dés de blanc de poulet saisis avec une épice de votre choix.

Verrine tomate-concombre coiffée d'une mousse de feta

Pour 4 personnes

Préparation 1 h 20

- 4 tomates • 1 concombre
- 120 g de feta
- 1 yaourt nature (de type grec ou de brebis pour les puristes)
- vinaigre balsamique, huile de pépins de raisin, huile d'olive
- sel, poivre et thym

1 Pelez les légumes et coupez-les en petits morceaux. Faites-les dégorger 1 heure dans du sel. Préparez la vinaigrette avec les huiles et le vinaigre. Salez et poivrez les tomates-concombre. Garnissez les verrines et mettez au frais.

2 Mixez la feta avec un quart du yaourt, un filet d'huile d'olive et du poivre. Au moment de servir, si besoin, ajoutez le reste de yaourt, voire du lait en cas de yaourt de brebis. Décorez de poivre et de thym.

RECETTE PROPOSÉE PAR FLORENT_5

L'AVIS DES INTERNAUTES

VIRGINIE_4448 5/5 Excellente recette pour l'été ! J'ai aussi rajouté des pignons de pin concassés dans la salade et de la ciboulette à la mousse, et il faut aussi un balsamique de très bonne qualité pour bien relever. Vraiment très frais.

Verrine de petits pois et bœuf haché

Pour 6 personnes

Préparation 15 minutes

Cuisson 30 minutes

- 600 g steak haché • 1 kg de petits pois • 1 poivron • 2 oignons
- 1 bûche de chèvre
- 20 cl de crème liquide
- 3 c. à soupe de miel
- 1 cube de bouillon de légumes
- 1 c. à soupe d'huile de sésame
- 1 c. à café cumin, curry, paprika
- sauce soja • gros sel et poivre

1 Faites cuire les petits pois écossés à l'eau, avec un oignon émincé, du gros sel et le bouillon-cube de légumes. Égouttez, mixez, ajoutez du poivre ou du piment et la crème liquide, en remuant bien. **2** Préchauffez le four à th. 6 – 180 °C. Émincez l'autre oignon et le poivron. Faites-les fondre une dizaine de minutes au wok à feu vif dans l'huile de sésame. Ajoutez alors la viande hachée en remuant et les épices. **3** Un peu avant la fin de la cuisson, arrosez d'un gros filet de sauce soja et de miel. Remuez bien et ôtez du feu. Répartissez la purée de petits pois dans le fond de chaque verrine, ajoutez ensuite une couche de viande, puis couvrez de 2 tranches de fromage de chèvre. Enfournez pour 5 minutes. Servez chaud.

RECETTE PROPOSÉE PAR MALIINOU

Verrine de figues sur lit de mascarpone à la cannelle

Pour 6 personnes

Préparation 20 minutes

Cuisson 5 minutes

- 6 belles figues
- 250 g de mascarpone
- 10 cl de lait
- 75 g de sucre
- 12 spéculoos
- 10 cl de muscat
- 1 sachet de sucre vanillé
- 1 c. à café de cannelle

1 Émiettez les spéculoos et répartissez-les équitablement dans 6 verrines. Dans un récipient, mélangez le mascarpone, le sachet de sucre vanillé et le lait. Battez le tout et répartissez le mélange dans les verrines.

2 Dans une poêle, faites revenir les figues préalablement lavées, mais non épluchées, avec un peu d'eau. Ajoutez le muscat et le sucre afin de caraméliser le tout. Répartissez le mélange dans les verrines et saupoudrez de cannelle.

RECETTE PROPOSÉE PAR NINIFANTAISIE

Salade de quinoa

Pour 4 personnes
Préparation 15 minutes
Cuisson 15 minutes

- 1 verre de quinoa
- ½ concombre
- 10 radis
- 2 tomates • 1 citron (jus)
- 1 échalote
- 20 feuilles de menthe
- huile d'olive
- sel

1 Faire cuire le quinoa 15 minutes dans l'eau bouillante. Ensuite, refroidissez-le en le rinçant à l'eau et laissez-le s'égoutter dans une passoire.

2 Pendant que le quinoa cuit, rincez les tomates, ôtez les pépins et le jus qui s'en écoule et coupez-les en tout petits cubes.

3 Épluchez le demi-concombre, enlevez les graines et coupez-le, lui aussi, en tout petits dés. Détaillez les radis en fines rondelles, ainsi que l'échalote, et ciselez la menthe.

4 Mélangez tous les légumes avec le quinoa froid. Assaisonnez avec le jus du citron, du sel et de l'huile d'olive.

L'AVIS DES INTERNAUTES
ELFIE_LOUB 4/5
Très bon et très frais!
Ne pas hésiter à avoir la main lourde sur le sel, le poivre, l'huile et le citron pour que ça ne soit pas trop fade. Plein de variantes sont possibles en ajoutant poivron, avocat, olives, feta…

Petit verre tricolore

Pour 6 personnes
Préparation 25 minutes
Cuisson 20 minutes
Repos 2 heures (au moins)

- 2 kg de poivrons rouges
- 1 gousse d'ail
- 1 poignée de pistaches sans sel
- 100 g de feta • 2 c. à soupe rases de cumin • sel et poivre

1 Faites griller les poivrons au four jusqu'à ce qu'ils noircissent : lorsque la peau se détache et commence à être bien grillée, arrêtez le gril, fermez le four et laissez confire 10 minutes. Placez les poivrons dans des poches plastique et fermez (ils se pèlent mieux ensuite). Conservez l'eau de cuisson. **2** Mixez les poivrons refroidis, ajoutez la gousse d'ail, salez et poivrez. Ajoutez de l'eau de cuisson jusqu'à obtenir la bonne consistance (ni trop liquide, ni trop solide). Placez au frais pour au moins 2 heures. **3** Écrasez la feta en incorporant le cumin. Grillez les pistaches à la poêle puis écrasez-les en éclats. **4** Versez du coulis dans des coupelles ou des petits verres (à thé, à liqueur…). Parsemez de feta et de pistaches.

RECETTE PROPOSÉE PAR MELANIETAUBER

Verrine chocolat noix de coco

Pour 4 personnes
Préparation 20 minutes

- 100 g de chocolat pâtissier
- 3 blancs d'œufs
- 200 g de fromage blanc
- 20 g de beurre
- 50 g de noix de coco râpée
- sucre

1 Montez les blancs d'œufs en neige ferme et réservez. Faites fondre au bain-marie le chocolat (mais réservez quelques copeaux) avec le beurre. Après qu'il ait tiédi, incorporez délicatement les blancs en neige ferme. Répartissez-les dans 4 verrines jusqu'à mi-hauteur. Réservez.

2 Mélangez au sucre (quantité selon votre goût) 40 g de noix de coco râpée et le fromage blanc. Répartissez le mélange sur la mousse de chocolat déjà en verrine.

3 Décorez avec quelques copeaux de chocolat et saupoudrez le reste de noix de coco.

RECETTE PROPOSÉE PAR AMELIE_1982

... place aux verrines !

HISTOIRE DE VERRINE

La verrine : d'où vient cette étrange mode de mettre ce qui se mange dans des verres ? Les marmitonautes ont leurs versions. Peu importe l'authenticité… L'important est la poésie.

d'après nos internautes

Second service…

Après un repas de famille où Nadia avait préparé de nombreux desserts pour sa vingtaine de convives. Au moment de ranger les restes, elle se dit que la mousse au chocolat pourrait servir de dessert pour le soir et la mit dans des verres. Mais ils n'étaient que peu remplis, donc elle décida de compléter avec un reste de crème pâtissière. Elle se dit alors que ça manquait de croustillant et rajouta des amandes effilées grillées. Les convives restés pour le repas du soir ont applaudi ce dessert improvisé, leur première verrine !

Par cecilb2005

Un grand cru

Dans cette petite ville de Toscane, le chef Giuliano est réputé pour ses gâteaux originaux et délicieux. Chaque matin, il prépare ses grands classiques et teste quelques nouveautés dans de grands moules à cake. Plongé dans ses créations, il oublia de mettre au four son marbré noisette / chocolat / pistache. Il expliqua le problème aux habitués qui lui en demandaient, mais ils insistèrent pour avoir quelques bouchées de pâte crue.

Surpris, Giuliano accepta et, en voyant la pâte un peu solidifiée dans son moule, il eut l'idée de plonger un verre dedans pour prélever une « carotte » de pâte, qu'il donna gracieusement à ses clients. Devant leur enthousiasme, il eût l'idée de faire de même pour le reste du moule et de les commercialiser.

Le succès fut tel qu'après deux mois, il ne cuisait plus aucune pâte et rares étaient ceux en Toscane qui n'avaient jamais goûté un squisito bicchierino.

Par Maxine

La jolie histoire des verrines

Il était une fois une petite fille qui s'appelait Pauline et qui jouait à la dînette… Sa maman, bien trop occupée avec le dîner du soir pour le patron de papa (directeur chez ChocoChoubi quand même !), ne se rendit pas compte que la fillette lui piquait quelques ingrédients dans son dos : ramequin de mousse au chocolat, 2 biscuits croustillants et des framboises.

À l'aide de ses petits verres en plastique de poupée, elle se mit à dresser des petites portions tout en chantonnant du haut de ses 2 ans et demi : « Du Socoaaaaat dans les tits verres de iiiiiine ».

Le dîner se déroula merveilleusement bien jusqu'à ce que maman peste en démoulant son gâteau au chocolat. La petite Pauline s'éclipsa et alla chercher les petits verres préparés quelques minutes plus tôt. Elle déposa toutes ses petites choses sur son miniplateau et alla tout simplement les proposer aux invités ! Quelle ne fut pas leur surprise. Ils se prêtèrent au jeu et goûtèrent. Le patron de ChocoChoubi trouva cette idée si délicieuse qu'il demanda à la fillette comment elle avait appelé ces petites choses : « C'est les verres de Ine au Socolat ». Vous devinez sans mal la suite : l'homme d'affaires avisé s'empressa de créer des petits desserts, qu'il baptisa « verrines » en son honneur. La petite Pauline devint grande et continue d'exprimer sa créativité, coiffée d'une jolie toque.

Par Céline

Et si c'était vrai ?

la « verrine » DE JULES CÉSAR

En mai 2007, une équipe de plongeurs découvrait dans le Rhône au niveau de la ville d'Arles (« Arelate », en latin) un magnifique buste en marbre de Jules César ainsi que de menus objets lui appartenant dont une grande timbale en métal gravée « Imperator - Caïus - Julius - Caesar » ...

Découverte majeure cette timbale ! Selon Caton : « De tous ceux qui partirent conquérir la Gaule, César seul ne s'enivrait pas… »
La première idée qui vient donc à l'esprit, c'est que cette timbale, qui ne le quittait jamais, servait à César pour boire de l'eau ou pour se dépoussiérer après de longues chevauchées.
Mais à la suite d'une relecture de « De bello gallico », livre XII* (Chronique de la guerre des Gaules écrite par le grand Jules lui-même), on a découvert le récit qui suit…

Après avoir infligé une défaite sévère aux Marseillais après deux batailles navales près de l'archipel du Frioul** (îles situées dans la baie de Marseille, à proximité du château d'If), Jules, toujours pressé, décida d'aller à Lugdunum, dirigée par Auguste, pour quémander quelques sesterces pour continuer la conquête de la Gaule…
Il partit à cheval, accompagné par deux centurions d'une grande bravoure : Titus Pullo et Lucius Vorenus, à la fois gardes du corps, valets de pied et pourvoyeurs de nourriture…
Le reste de la cohorte, soldats, chariots et stocks de nourritures, suivait, loin derrière le fougueux Imperator.

Jules décida de ne s'arrêter que pour désaltérer les chevaux, il pique-niquerait en galopant… au grand désespoir de Titus Pullo, chargé de l'intendance, qui avait préparé quelques gourmandises pour son Imperator ! À la première halte « boisson », Titus Pullo fit part de son problème au Grand César. Autrement dit, comment manger proprement des « cocleas assas » (escargots rôtis), des « fungi » (champignons), des « fabacia » (fèves fraîches) et du « moretum » (fromage aux herbes), tout cela en galopant ?

César foudroya son centurion du regard et saisit sa timbale gravée « ICJC » dans les plis de sa tunique, et il commença à la remplir de nourriture : une couche de moretum au fond, puis une couche de fabacia et de fungi, une nouvelle couche de moretum et pour finir les cocleas rôtis.

Toujours aux petits soins, l'autre centurion Lucius Vorenus, pensant à la belle Gauloise qui suivait César dans le reste du cortège, trouva quelques brins d'« eruca concitarix veneris » *** (roquette) et les planta sur les cocleas, pour décorer…
Et voilà, la première « verrine » était née !
César repartit vers la gloire, tenant sa verrine et les rênes de son cheval d'une main, et son glaive, qui lui servait de cuillère, de l'autre…

*Le numéro de ce livre est sujet à controverse. ** Cette défaite marseillaise est véridique. *** Traduction : herbe qui porte à l'amour (http://www.laprovence.com/article/region/un-buste-de-jules-cesar-sauve-des-eaux-du-rhone). « On ne sait plus où est passée la fameuse timbale », par Jacqueline, de Marseille. NB : « La Cuisine romaine antique », par Nicole Blanc et Anne Nercessian (chercheuses en archéologie), éd. Glénat-Faton, 1992.*

Estérelle : Esterkitchen.com

Tamara : Recetteinventive.com

Caro : Lacuisinedecaro.over-blog.com

Les auteurs de blogs…

Chef étoilé contre blogueuses LA BATAILLE GOURMANDE CONTINUE…

Face à face, Arnaud Lallement, chef de « L'Assiette champenoise », et 3 blogueuses pleines de ressource et d'imagination. Le défi : reprendre, en y apposant leur patte personnelle, une entrée, un plat et un dessert simples, tous issus du site de Marmiton, et les détourner pour leur donner un petit coup de neuf. Ils ont accepté le challenge, voici le résultat. **Dany Duran et Claire Debruille**

Qui sont nos concurrent(e)s qui ont relevé le défi ce trimestre ? Petite présentation.

Nos trois blogueuses :

• **Estérelle**, du blog Esterkitchen.com, elle a tout de suite adoré l'idée de revisiter le velouté de champignon à l'aide d'un ingrédient mystère…

• **Tamara**, du blog Recetteinventive.com, addict de la cuisine aux fleurs et ancienne participante à « Un dîner presque parfait », la Niçoise s'est attaquée à réinventer la traditionnelle courgette farcie.

• **Caro**, du blog Lacuisinedecaro.over-blog.com, s'est attelée à la lourde responsabilité de transformer une simple mousse de citron au mascarpone en un dessert plein de folie.

Face à elles, Arnaud Lallement, un jeune et talentueux chef qui officie avec son épouse dans un magnifique restaurant à quelques encablures de la belle ville de Reims.

Qui aura votre préférence, quelle recette saura vous convaincre et, surtout, vous séduire ? Envoyez-nous vos impressions sur magazine@marmiton.org et nous les publierons dans notre prochain numéro.

Elles affrontent notre chef

Arnaud Lallement, « L'Assiette champenoise »

Arnaud Lallement

Il n'a que 36 ans et, pourtant, que de chemin parcouru ! C'est en 1996 qu'il rejoint « L'Assiette champenoise », le restaurant ouvert par son père en 1975. La disparition prématurée de ce dernier en 2002 le voit prendre la direction des cuisines à l'âge de 27 ans. Il est alors un tout jeune chef qui a eu l'opportunité de travailler dans de grandes maisons comme Roger Vergé, Michel Guérard et Chapel. Arnaud Lallement mise sur une cuisine inventive qui fait la part belle aux produits et obtient en 2005 sa deuxième étoile. Place au bien-être et au goût dans cette magnifique bâtisse du début du XX^{e} siècle sise au milieu d'une campagne où plaisir de vivre rime avec plaisir des papilles.

« L'Assiette champenoise » | 40 avenue Paul-Vaillant-Couturier | 51430 Tinqueux
Tél. 03 26 84 64 64 | www.assiettechampenoise.com

La recette du chef

À L'ORIGINE ÉTAIT...

Velouté de champignon

Pour 3 personnes
Préparation 10 minutes
Cuisson 40 minutes

- 250 g de champignons de Paris
- 1 petit oignon
- 1 citron
- 1 c. à soupe de persil haché
- 50 cl de lait
- 3 c. à soupe de beurre
- 2 c. à soupe de crème fraîche
- 25 cl de bouillon (ou d'eau)
- 2 c. à soupe de farine
- sel et poivre

Faire fondre le beurre dans une casserole. Ajoutez l'oignon haché et les champignons de Paris coupés en tout petits morceaux. Salez, poivrez et saupoudrez de persil haché. Remuez bien les champignons dans le beurre chaud. Couvrez et laisser cuire à feu doux 15 minutes. Ajoutez alors la farine, en remuant sans cesse, puis le bouillon (ou l'eau) et le lait. Faites cuire à feu doux en tournant de temps en temps. Lorsque le potage commence à bouillir, réduisez le feu et laissez cuire à découvert encore 15 minutes. Quelques minutes avant de servir, ajoutez le jus du citron pressé puis la crème fraîche.

Girolles au jus de vin jaune

Pour 8 personnes
Préparation 30 minutes
Cuisson 20 minutes

POUR L'ÉMULSION DE VIN JAUNE : • 1 bouteille de vin jaune • 300 g de crème épaisse • 10 cl de lait entier • 5 g de sel • 1 pincée de poivre **POUR LA GARNITURE :** • 400 g de girolles petit clou (40 g cuites et 10 g crues par personne) • 16 minipoireaux • 11 oignons botte d'environ 2,5 cm de diamètre • 1 branche de céleri • 20 g de beurre

Préparez la garniture : faites cuire dans une casserole 8 oignons et un morceau de leur fane avec le beurre, un peu d'eau, du sel et du poivre jusqu'à ce qu'ils soient fondants. Épluchez et lavez les girolles. Gardez-en 100 g crues. Poêlez le reste pour retirer toute l'eau de végétation.

Épluchez et blanchissez les minipoireaux. Coupez les 3 oignons restants finement, ainsi que la branche de céleri et réservez le tout séparément.

Préparez le vin jaune en mélangeant tous les ingrédients. Dressez alors dans des assiettes creuses les girolles crues et cuites au fond, puis parsemez de légumes. Ajoutez l'émulsion de vin jaune.

La version d'Estérelle

Estérelle, du blog Esterkitchen.com
Une main sur l'ordinateur, l'autre tenant un couteau : à force de lire dans des livres de cuisine (son premier souvenir littéraire, c'est « Charlie et la chocolaterie »), de faire des va-et-vient de pâtisseries en épiceries fines dans les rues de Paris, Estérelle a eu la chance inouïe de devenir journaliste culinaire grâce à son blog né en 2005. Cela ne l'empêche pas de n'avoir le plus souvent que 15 minutes pour préparer le dîner, une passion coupable pour les pois chiches en boîte et tout ce qui simplifie la vie des cuisinières en général. À l'exception des betteraves et du foie de veau, elle cuisine tout ce qui lui tombe sous la main, à la plus grande perplexité – mais joie ! – de son compagnon et leurs deux petits garçons.
www.esterkitchen.com

Velouté de champignon de Paris au whisky et aux noix

Pour 6 personnes
Préparation 15 minutes
Cuisson 25 minutes

- 750 g de champignons de Paris frais ou surgelés
- 40 g de noix de Grenoble • ½ citron (jus)
- 1 branche de céleri • 1 échalote
- 1 petite pomme de terre à texture farineuse
- 1 gousse d'ail • 1 brin de romarin
- 75 cl de bouillon de volaille (Ariaké, ou surgelé maison ou bio)
- 5 cl de whisky
- 1 c. à soupe d'huile
- 1 pincée de poivre blanc

Lavez les champignons, coupez-les grossièrement et arrosez-les de jus de citron. Pelez et coupez en dés la pomme de terre, hachez le céleri et l'échalote.

Faites dorer le céleri, la pomme de terre et la gousse d'ail entière 2 minutes dans l'huile. Ajoutez les champignons, mélangez et faites rissoler encore 2 minutes. Recouvrez de bouillon et ajoutez le romarin. Couvrez et laissez cuire à petit bouillon 20 minutes.

Hors du feu, ajoutez les noix et le whisky. Mixez au blender, filtrez, puis mixez à nouveau pour bien lier l'ensemble. Ajoutez alors le poivre blanc, goûtez et rectifiez l'assaisonnement si nécessaire.

La recette du chef

Cromesqui courgette menthe poivrée

Pour 8 personnes
Préparation 30 minutes
Cuisson 45 minutes

- **300 g de courgettes rondes pas trop grosses**
- **7 feuilles de menthe poivrée**
- **4 œufs**
- **600 g de parmesan râpé**
- **30 cl de lait**
- **2 c. à soupe d'huile d'olive**
- **sel et poivre**

Pour la panure :

- **3 œufs**
- **300 g de chapelure**
- **200 g de farine**
- **sel et poivre**

Lavez et coupez les courgettes, faites-les rissoler dans un peu d'huile d'olive puis égouttez-les et reservez le jus de marinade. Disposez-les dans un plat allant au four. Ajoutez les œufs, le parmesan et le lait mélangés en crème, puis salez, poivrez et enfournez à th. 6 – 180 °C pour 30 minutes.

Mixez et ajoutez la menthe poivrée et moulez dans des terrines en aluminium (comptez 250 g d'appareil par terrine) puis congelez (2 heures au minimum).

Une fois congelé, coupez en cubes de 1 cm de côté et panez : roulez dans la farine, puis trempez dans l'œuf battu et roulez dans la chapelure. Répéter l'opération dans l'œuf et la chapelure. Faites frire les cromesquis à th. 6/7 – 200 °C puis dressez-les en brochettes.

Simultanément, faites réduire le jus de marinade à consistance sirupeuse et nappez-en les brochettes.

À L'ORIGINE ÉTAIT...

Courgettes rondes, farce à la menthe

Pour 6 personnes
Préparation 20 minutes
Cuisson 50 minutes

- 6 courgettes rondes de taille moyenne
- 4 oignons émincés
- 6 à 8 grosses feuilles de menthe
- 250 g de chair à saucisse
- 250 g de veau haché
- chapelure (facultatif)
- huile d'olive
- sel et poivre

Enlevez le dessus des courgettes de manière à en faire un chapeau. Prélevez la chair à la cuillère et mettez-la dans une poêle avec les oignons émincés, la chair à saucisse et le veau haché mélangés. Salez et poivrez (mais pas trop à cause de la menthe). Ciselez les feuilles de menthe dans un verre, et hachez la farce cuite, rajoutez la menthe hors du feu et mélangez. Dressez les courgettes sur un plat huilé au fond. Remplissez-les de farce, placez le chapeau, versez de l'huile sur le dessus et enfournez à th. 7 – 210 °C pour 30 à 40 minutes selon le four et la taille des courgettes. Vous pouvez aussi laisser la farce refroidir et en faire des boulettes (roulées dans la chapelure). C'est plus long, mais si les courgettes sont trop petites pour être farcies, c'est nécessaire.

La version de Tamara

Mais qui es-tu Tamara ?

« Il faut vivre pour manger, et non pas manger pour vivre. » Hum, présentée ainsi, cette phrase me ressemble bien !

Après un tiers de siècle (mes 31 ans) de créations gourmandes, j'explore avec passion la cuisine des fleurs. J'y trouve des saveurs subtiles et délicates à associer à tous mes plats.

Étant d'origine provençale, j'adore également relever mes plats de parfums méditerranéens (bon d'accord, j'ai peut-être aussi des origines exotiques !) ou relever des défis comme cuisiner sans graisse, sans sucre, ou tout simplement me faire plaisir.

Bonne humeur et imagination s'invitent souvent dans ma cuisine. Afin de partager mes tribulations culinaires, j'ai donc créé mon blog, venez m'y retrouver.

www.recetteinventive.com

Courgettes farcies à la rose, menthe et basilic

Pour 2 personnes
Préparation 25 minutes
Cuisson 15 minutes

- 4 courgettes rondes
- 2 fleurs de courgette
- 10 feuilles de basilic
- 2 feuilles de menthe
- 1 l de bouillon
- 1 blanc d'œuf
- 6 c. à soupe bombées de fromage de chèvre frais
- 3 c. à soupe d'eau florale de rose
- 2 c. à soupe de sucre
- 1 c. à soupe d'huile d'olive
- sel et poivre

Commencez par ouvrir les fleurs et retirer le pistil. Étalez une fine couche de blanc d'œuf sur une de leurs faces puis saupoudrez légèrement de sucre. Posez-les sur une feuille de papier sulfurisé légèrement huilée, côté non sucré en dessous. Laisser sécher au four à 50 °C.

Pelez, videz puis pochez 2 courgettes dans le bouillon chaud. Mélangez le fromage frais, les herbes ciselées, l'eau de rose, l'huile d'olive, salez et poivrez. Remplissez les 2 courgettes de ce mélange. Tranchez finement les deux restantes et assaisonnez-les. Disposez le tout harmonieusement et régalez-vous…

À L'ORIGINE ÉTAIT...

Mousse au citron et au mascarpone

Pour 6 personnes
Préparation 5 minutes
Réfrigération
au freezer 2 heures

- 250 g de mascarpone
- 150 g de crème fouettée
- 75 g de sucre
- 1 citron non traité (zeste et jus)

Mélangez le mascarpone avec le sucre, le jus et le zeste du citron. Incorporez la crème fouettée et placez au freezer pour 2 heures.

Citron mascarpone

Pour 8 personnes
Préparation 20 minutes
Repos 30 minutes **Cuisson** 1 heure
Réfrigération 1 heure + 4 heures

PÂTE À GRESSIN
- 200 g de farine T55
- 5 g de levure de boulanger
- 80 cl d'eau
- 40 cl d'huile d'olive
- 5 g de sucre • 5 g de sel

SIPHON DE MASCARPONE
- 250 g de mascarpone
- 500 g de crème liquide
- 6 g de sel
- 1 pincée de poivre blanc

PURÉE DE CITRON
- 8 citrons jaunes
- 100 g de sucre
- 100 g de gros sel

PÂTE À GRESSIN : mélangez tous les ingrédients (sauf 20 cl d'huile à réserver) pendant 5 minutes au batteur puis laissez reposer 30 minutes à température ambiante. Rabattez ensuite la pâte et mettez au réfrigérateur pour 1 heure. Étalez-la alors sur 1 mm d'épaisseur, taillez des cercles plus petits que celui de l'assiette et piquez le fond à la fourchette avant cuisson. Placez sur une plaque recouverte de papier sulfurisé et badigeonnez du reste d'huile réservé. Enfournez pour 10 à 15 minutes à th. 6/7 – 200 °C.

SIPHON DE MASCARPONE : mélangez tous les ingrédients et remplissez un siphon aux trois quarts avec une cartouche de gaz. Réservez au frais 4 heures.

PURÉE DE CITRON : lavez les citrons et retirez leurs extrémités. Plongez dans l'eau froide et portez à ébullition. Répétez trois fois cette opération. Pour la dernière cuisson, mettez de l'eau à hauteur, ajoutez le sel et le sucre puis laissez cuire 30 minutes. Prélevez la chair des fruits et retirez les pépins. Mixez-la avec le zeste puis passez au tamis.

POUR LE DRESSAGE : mettez un rond de pâte à gressin dans un cercle légèrement plus grand. Recouvrez de mousse mascarpone, lissez avec une cuillère bien chaude (trempée dans l'eau bouillante puis essuyée). Faites une quenelle de purée de citron, disposez-la sur la mousse et décerclez. Décorez de points d'huile d'olive.

La version de Caro

Hello, moi c'est Caro !
Je vis dans le Loir-et-Cher, à Romorantin, et je suis professeur des écoles.
La cuisine est une affaire de famille, on aime se préparer de bons petits plats les uns pour les autres et, surtout, on est très gourmand.
J'adore échanger, partager des recettes et recevoir des conseils. Ce que j'aime en cuisine, c'est qu'on peut toujours progresser.
Avec mon blog, j'essaie de partager ma gourmandise et de donner envie de se mettre derrière les fourneaux en présentant des recettes simples, mais aussi des plats festifs ou plus ambitieux, tout en montrant que la cuisine est accessible.
Une pincée de gourmandise, un soupçon de créativité, un peu de patience et le tour est joué.
http://lacuisinedecaro.over-blog.com

Citron et spéculoos façon tiramisu

Pour 4 coupes
Préparation 15 minutes
Cuisson 1 minute
Réfrigération 2 heures

POUR LA CRÈME DE CITRON
- 2 citrons non traités (zeste et jus)
- 2 œufs + 1 jaune
- 60 g de sucre glace
- 1 c. à café de Maïzena

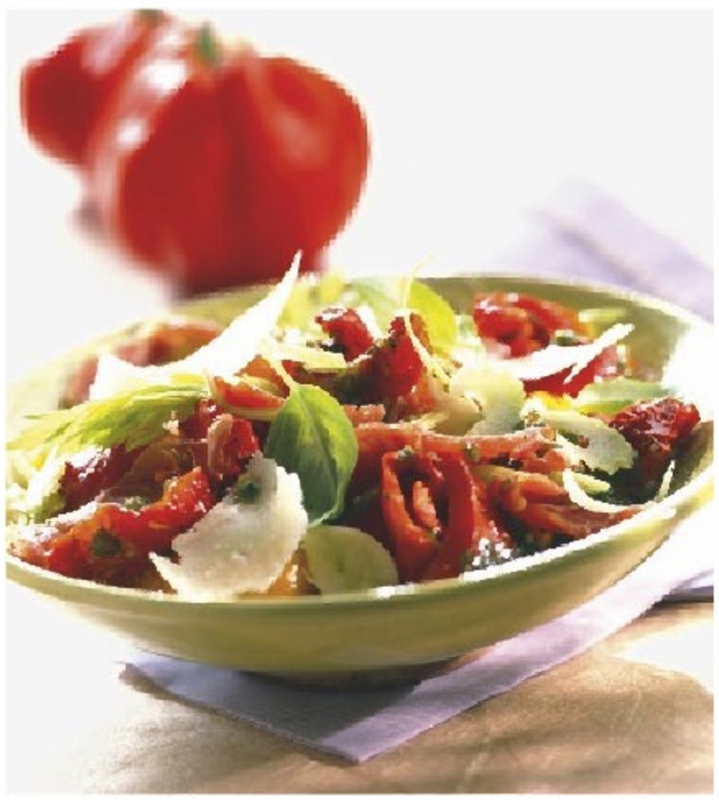
POUR LA MOUSSE AU CITRON
- 1 citron non traité (zeste et jus)
- 150 g de mascarpone
- 10 cl de crème entière liquide
- 50 g de sucre en poudre
- une dizaine de spéculoos

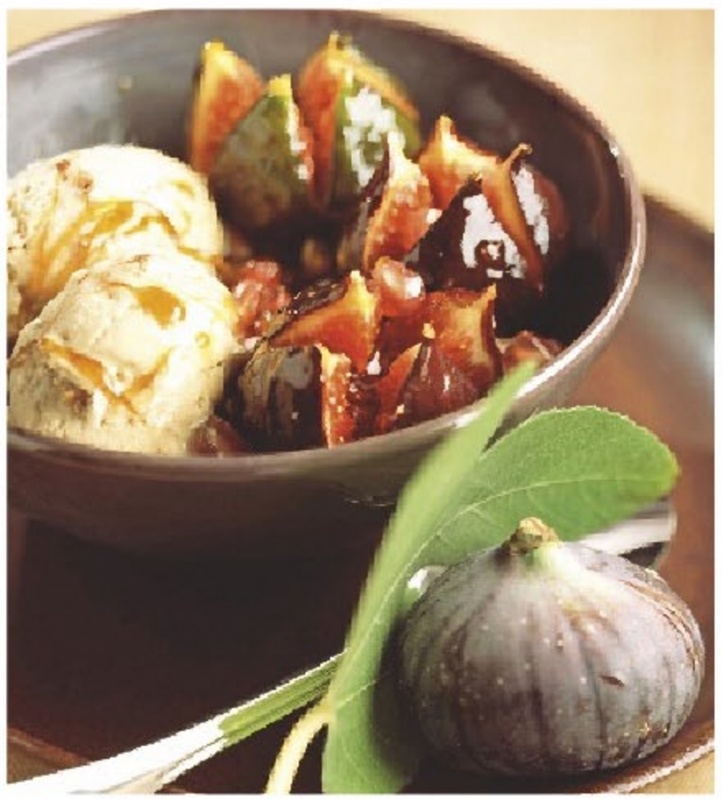
Préparez la crème de citron : mélangez dans un bol les 2 œufs entiers et le jaune battus avec le jus des citrons et leur zeste. Ajoutez la Maïzena. Passez au micro-ondes 1 minute à 750 W. Ajoutez le sucre glace et laissez refroidir.

Préparez la mousse : mélangez le mascarpone avec le jus du citron et son zeste. Ajoutez le sucre. Montez la crème bien froide en chantilly (ou utiliser de la chantilly toute prête) et incorporez-la délicatement au mélange.

Mettez des spéculoos grossièrement hachés dans les coupes. Recouvrez d'une petite couche de crème au citron puis d'une couche de mousse plus épaisse. Recommencez l'opération. Réservez au frais au moins 2 heures avant de servir.

60 recettes À PRIX DOUX* pour rentrée maligne





Pour la rentrée c'est décidé, on va faire ami-ami avec notre portefeuille et notre banquier pendant qu'on y est ! Loin de nous l'idée de vous mettre au pain sec et à l'eau, au programme des réjouissances : des recettes savoureuses, rapides et surtout pas chères qui vous permettront d'allier plaisir des papilles et économies. Pour ce faire, nous avons privilégié les fruits et légumes de saison (histoire de ne pas participer à leurs frais de billet d'avion) et des produits simples à trouver, faciles à cuisiner ! Il ne vous reste plus qu'à vous plonger parmi ces 60 recettes qui égayeront vos papilles et donneront le sourire à votre porte-monnaie (comment ça, vous n'avez jamais vu un porte-monnaie sourire ? Regardez bien).

*Le coût des recettes sont donnés à titre indicatif, par personne. Ils peuvent varier en fonction des régions et des enseignes où sont effectués les achats.

Les entrées

Entrée rime souvent avec originalité… La preuve en 20 recettes qui ont l'originalité de ne pas fâcher notre banquier !

Poivrons confits

Pour 4 personnes

Préparation 15 minutes | Cuisson 40 minutes

- de 1 € / personne

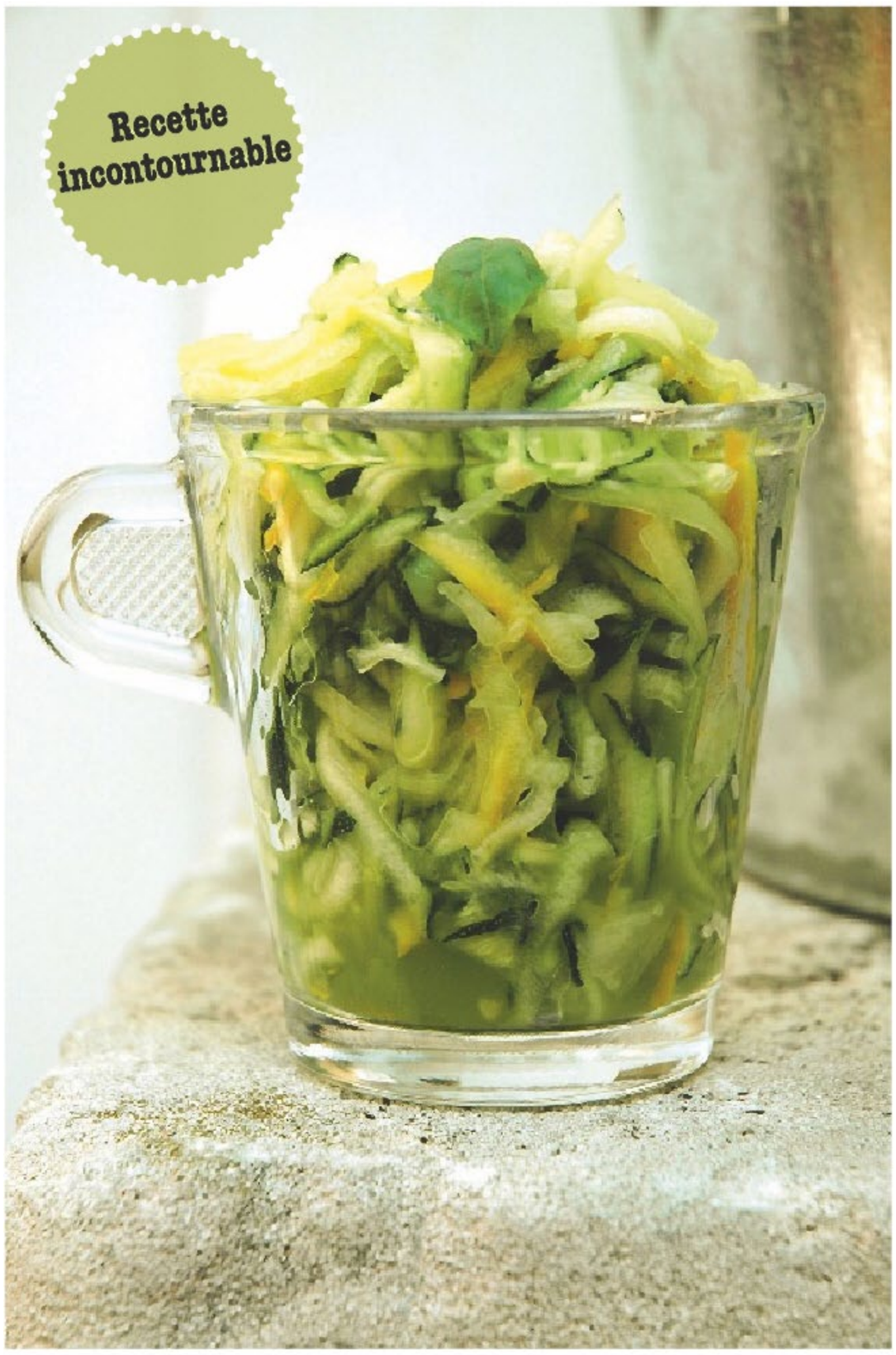
• 2 poivrons verts • 2 poivrons jaunes • 1 poivron rouge • 1 gros oignon émincé • 2 gousses d'ail pelées et pressées • 1 feuille de laurier • huile d'olive • sel et poivre

1 Nettoyez les poivrons et coupez-les en fines lanières. Faites-les revenir dans l'huile d'olive pendant 5 grosses minutes en remuant régulièrement.

2 Passé ce temps, ajoutez-y le reste des ingrédients, salez, poivrez et laissez confire pendant 35 minutes à feu doux. Servez en salade avec des jeunes pousses et parsemez de copeaux de parmesan

L'AVIS DES INTERNAUTES

MCHRISTO33 : 5/5 Original et très bon. J'ai ajouté un peu de cassonade et de vinaigre balsamique. Nous n'avons rien laissé dans le plat. Merci pour cette recette.



RECETTE PROPOSÉE PAR PACHY

Courgettes râpées

Pour 4 personnes

Préparation 15 minutes | Cuisson 3 minutes | Repos 24 heures

- de 2 € / personne

- 8 courgettes (préférez des pas trop grosses)
- 2 citrons jaunes
- 100 g de pignons de pin
- 3 c. à soupe d'huile de noix
- 1 c. à soupe de vinaigre de cidre ou de noix
- sel et poivre

1 La veille : râpez les courgettes (comme pour des carottes râpées). Arrosez-les du jus des 2 citrons pressés. Laissez reposer environ 24 heures. Supprimez environ les ¾ de l'eau citronnée rendue par les courgettes. Assaisonnez d'huile et de vinaigre, puis salez et poivrez.

2 Faites griller à sec dans une poêle les pignons de pin et jetez-les dans la préparation. Remuez, dégustez.

L'AVIS DES INTERNAUTES

VALOU6663 : 5/5 **Je confirme, c'est délicieux. Je n'aurais jamais eu l'idée de préparer de courgettes crues. À faire et refaire…**

Brick de poire au fromage de chèvre

Pour 6 personnes

Préparation 20 minutes | Cuisson 15 minutes

- de 1,50 € / personne

- 6 feuilles de brick
- 1 grande boîte de conserve de poires Williams
- 1 fromage de chèvre Sainte-Maure
- 1 jaune d'œuf
- 3 c. à soupe de crème fraîche
- 1 botte de cresson
- ciboulette
- sel et poivre

1 Égouttez les poires, creusez à l'aide d'une cuillère à café le cœur de chaque fruit sans le percer. Réservez cette pulpe. Étalez les 6 feuilles de brick et posez au centre de chacune une poire (sur la face bombée). Écrasez à l'aide d'une fourchette le fromage de chèvre avec la crème fraîche et la pulpe réservée, salez et poivrez généreusement.

2 Préchauffez le four à th. 6/7 – 200 °C. Fourrez les poires du mélange fromage et poire. Ciselez de la ciboulette (gardez quelques brins pour la déco) sur la préparation. Fermez la feuille de brick comme un paquet cadeau et nouez avec un brin de ciboulette ou de la ficelle alimentaire. Badigeonnez de jaune d'œuf. Enfournez pour 15 minutes. Servez chaud sur un lit de cresson.

CONSEIL : Vous pouvez aussi réaliser des rouleaux en coupant les demi-poires en deux (voir photo ci-dessus).

RECETTE PROPOSÉE PAR CÉLINETTE

Terrine marine au surimi

Pour 6 personnes

Préparation 15 minutes | Cuisson 30 minutes

-de 1 € / personne

• 300 g de bâtonnets de surimi • 150 g de macédoine de légumes • 6 œufs • 25 cl de crème liquide • 1 pincée de curry • ciboulette • sel et poivre

1 Préchauffez le four à th. 6 – 180 °C. Coupez les bâtonnets de surimi en cubes. Mélangez-les à la macédoine égouttée, aux 6 œufs battus en omelette et à la crème liquide. Ajoutez le curry, le sel, le poivre et la ciboulette ciselez très finement. Beurrez un moule à cake, puis remplissez-le de la préparation.

2 Enfournez pour 30 minutes. Laissez refroidir, coupez en tranches et servez très frais avec une mayonnaise au citron.

L'AVIS DES INTERNAUTES

COCO_9 : 5/5 **Je l'ai faite pour la communion de ma fille et je n'ai eu que des compliments. J'ai ajouté de la pâte de curry vert et du jus de citron vert, mais j'ai dû rallonger le temps de cuisson de 10 minutes. À refaire absolument! Merci et bravo pour cette recette très facile et rapide à faire.**

RECETTE PROPOSÉE PAR CHICHINE

Cake à la courgette et chèvre frais

Pour 6 personnes

Préparation 20 minutes | Cuisson 1 heure

-de 0,50 € / personne

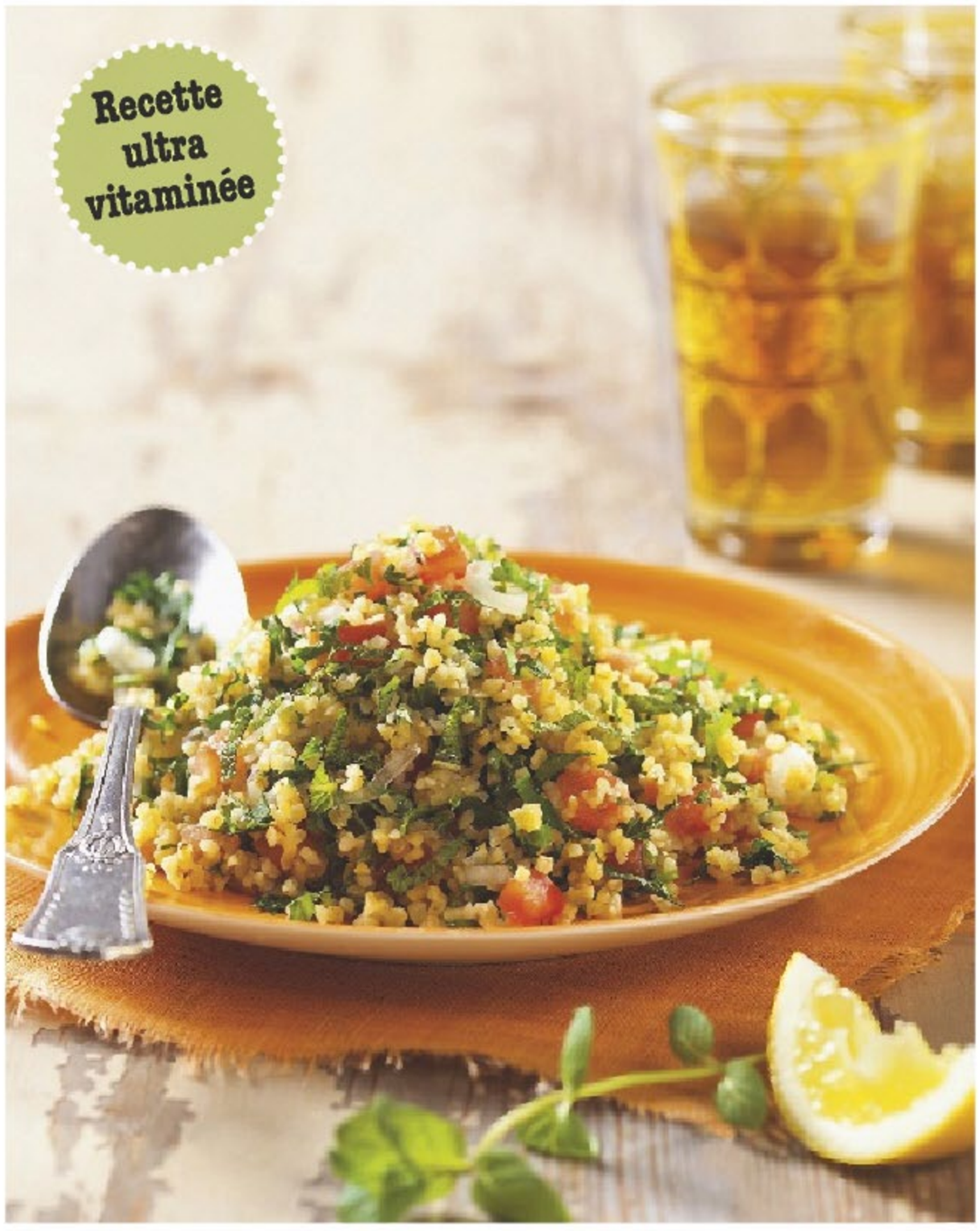
• 1 courgette • 200 g de chèvre frais • 100 g de gruyère râpé • 3 œufs • 12,5 cl de lait chaud • 150 g de farine • 1 sachet de levure • 3 cl d'huile de tournesol • 1 c. à soupe d'huile d'olive

1 Préchauffez le four à th. 6/7 – 200 °C. Faites revenir la courgette non épluchée et coupée en dés dans l'huile d'olive (environ 15 minutes) puis essorez à l'essuie-tout. Dans un saladier, mélangez la farine, la levure, les œufs, l'huile de tournesol, le lait chaud, les dés de courgette, le chèvre grossièrement coupé et le gruyère.

2 Mettez tous les ingrédients dans un plat à cake non beurré et enfournez pour 45 minutes.

L'AVIS DES INTERNAUTES

CONI : 5/5 **Vraiment bon et rapide à faire. En plus, c'est aussi bien chaud (sympa avec le côté fondu du chèvre) que froid. J'ai essayé différemment la recette, soit avec une bûchette de chèvre, soit avec du chèvre frais. Les deux étaient très bons. Enfin une recette de cake qui «n'étouffe pas». Je conserverai la base mais avec des variantes (jambon, olives).**



Le taboulé en vidéo

RECETTE PROPOSÉE PAR YOUMNA_1

Le vrai taboulé libanais

Pour 5 personnes

Préparation 20 minutes | Trempage 15 minutes

- de 2 € / personne

- 4 grosses tomates fermes • 1 botte d'oignons verts
- 2 bottes de persil plat • 1 botte de menthe fraîche • 1 citron
- 1 petite poignée de boulgour brun moyen (blé concassé)
- 3 c. à soupe d'huile d'olive • 2 pincées de sel

1 Avant de commencer, faites tremper une poignée de boulgour dans un bol d'eau pendant 15 minutes, pour qu'il ramollisse. Lavez et équeutez le persil, puis coupez-le au couteau (ou aux ciseaux si vous préférez). Répétez l'opération avec la menthe : vous devez obtenir des feuilles de 1 cm environ.

2 Mettez le tout dans un saladier. Coupez les oignons verts très fins, les tomates en petits dés et incorporez-les dans le saladier. Lorsque le boulgour est tendre, sortez-le de l'eau et pressez-le entre les mains pour l'essorer. Mettez-le dans le saladier avec le reste.

3 Pour assaisonner : pressez le citron entier en jus et arrosez-en le contenu du saladier. Ajoutez le sel et l'huile d'olive : le taboulé doit être brillant, signe qu'il y a suffisamment d'huile d'olive.

L'AVIS DES INTERNAUTES
MIMSY : 5/5 Excellentissime ! C'est très et facile à préparer. Un mets qui fait du bien. Merci pour cette recette.

RECETTE PROPOSÉE PAR KAREN

Pain de légumes aux couleurs d'été

Pour 6 personnes

Préparation 30 minutes | Cuisson 55 minutes

- de 0,50 € / personne

- 500 g de courgettes • 300 g de carottes • 1 poivron rouge
- 1 oignon • ½ botte de persil • 4 œufs • 75 g de gruyère râpé
- 10 cl de crème fraîche • 2 c. à soupe de semoule de couscous
- noix de muscade • sel et poivre

1 Pelez et hachez finement l'oignon. Rincez le poivron et coupez-le en petits dés. Faites fondre le beurre, ajoutez le poivron et faites cuire à feu doux 5 minutes. Pelez les courgettes et les carottes et râpez-les. Ajoutez-les au mélange poivron-oignon, mélangez et faites cuire doucement à couvert 15 minutes. Découvrez ensuite pour laisser s'évaporer l'eau de cuisson.

2 Préchauffez le four à th 6/7 – 200 °C. Dans un saladier, battez les œufs avec la crème fraîche, un peu de sel, du poivre et de la muscade.

3 Salez et poivrez les légumes. Ajoutez-y la semoule, le persil, le gruyère râpé, le mélange œufs-crème. Transvasez le tout dans un moule à cake en silicone beurré (ou tapissez de papier sulfurisé). Enfournez pour 35 à 40 minutes. Laissez refroidir avant de démouler.

L'AVIS DES INTERNAUTES
LILIANE_471 : 5/5 Très très bon froid.

RECETTE PROPOSÉE PAR YAYAGRENOBLE

Tarte au poivron rouge

Pour 4 personnes
Préparation 10 minutes | Cuisson 2 h 15
-de 1 € / personne
• 1 rouleau de pâte feuilletée • 3 poivrons rouges • 2 oignons • 1 gousse d'ail • 1 boîte de tomates pelées concassées • 1 filet d'huile d'olive • sel et poivre • herbes de Provence

1 Émincez les poivrons en petits dés (inutile d'enlever la peau). Cuisez-les sans matière grasse dans une poêle en ajoutant régulièrement de l'eau. Après 15 minutes de cuisson, ajoutez les oignons émincés, la gousse d'ail écrasée et laissez cuire à feu doux encore 30 minutes avant d'incorporer les tomates. Salez, poivrez et saupoudrez d'herbes de Provence.

2 Laissez cuire 1 heure en surveillant de temps en temps que cela n'accroche pas. N'hésitez pas à ajouter de l'eau en cours de cuisson si besoin : la préparation doit être confite, les poivrons et les tomates bien mêlés, presque sans jus.

3 Ajoutez l'huile. Préchauffez le four à th. 6 – 180 °C. Étalez la pâte dans le moule, piquez-la à la fourchette, versez-y la préparation et enfournez pour 30 minutes. Accompagnez d'une salade.

L'AVIS DES INTERNAUTES
CHRISTOPHE_118 : 5/5 J'avais peur que ce soit trop long à préparer et j'ai failli abandonner… Cela aurait été une erreur car le résultat était parfait. Tout le monde a trouvé l'idée originale et chacun a dévoré sa part avec appétit. Attention simplement de ne pas trop saler et de laisser cuire tout doucement, et rien de plus à faire. C'est top. Bravo.

RECETTE PROPOSÉE PAR CATHY M

Maquereaux marinés

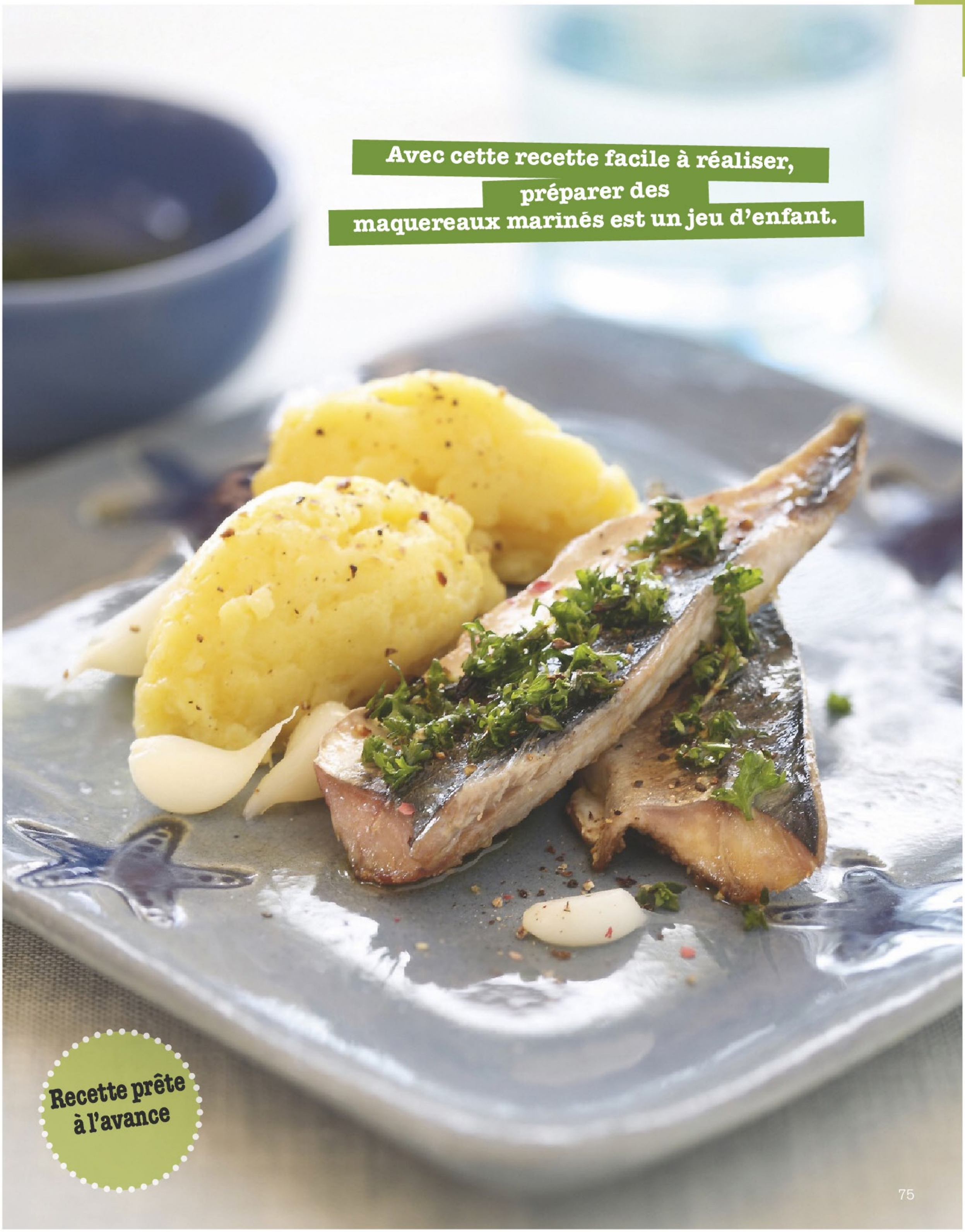
Pour 4 personnes
Préparation 20 minutes
Cuisson 15 minutes
Marinade 48 heures
-de 2 € / personne

- 8 petits maquereaux vidés
- 2 oignons
- 1 échalote
- 1 carotte
- 1 branche d'estragon frais
- 1 feuille de laurier
- 1 clou de girofle
- 20 cl de vinaigre
- 20 cl de vin blanc
- 1 c. à soupe d'huile
- quelques grains de poivre
- sel

1 Épluchez les oignons, l'échalote et la carotte, puis émincez-les. Jetez-les dans une casserole avec le clou de girofle, la feuille de laurier et le poivre.

2 Mouillez de vinaigre et de vin blanc, puis laissez cuire 15 minutes à feu doux. Ajoutez ensuite l'huile et l'estragon frais haché. Déposez les maquereaux dans un plat.

3 Recouvrez-les du contenu de la casserole, couvrez et laissez refroidir. Placez le plat au réfrigérateur pour 48 heures afin que le tout marine.


Avec cette recette facile à réaliser, préparer des maquereaux marinés est un jeu d'enfant.
Recette prête à l'avance

RECETTE PROPOSÉE PAR EMMANUELLE_546

Fondant de banane au chèvre

Pour 6 personnes

Préparation 5 minutes | Cuisson 30 minutes

-de 1 € / personne

•4 bananes •4 tranches de chèvre bûche •150 g de lardons
•2 échalotes •crème fraîche liquide
•quelques feuilles d'estragon frais ou d'une autre herbe •sel et poivre

1 Ciselez les échalotes et coupez en rondelles assez épaisses les bananes. Disposez le tout dans quatre assiettes. Ajoutez les lardons, une tranche de chèvre, l'estragon, et un filet de crème fraîche.

2 Salez, poivrez et enfournez à th. 6 – 180 °C pour 30 minutes.
Bon appétit!

L'AVIS DES INTERNAUTES
CBL71 : 5/5 **Préparé en quelques minutes, le résultat est néanmoins succulent à l'arrivée. À proposer souvent.**

RECETTE PROPOSÉE PAR BOUYD

Salade de ravioles

Pour 2 personnes

Préparation 5 minutes | Cuisson 10 minutes

-de 3,50 € / personne

•1 barquette de ravioles (250 g) •2 tranches de jambon cru
•200 g de roquette (ou autre salade) •1 melon coupé en dés
•1 dizaine de tomates cerise •1 poignée de pignons de pin ou de cerneaux de noix •basilic •huile d'olive •sel

1 Dans un saladier, préparez l'assaisonnement avec l'huile d'olive, le sel et le basilic. Ajoutez la roquette, les tomates cerise coupées en deux, le jambon cru coupé en petits morceaux et le melon

2 Cuisez les ravioles selon les indications du paquet. Égouttez-les bien et passez-les sous l'eau froide délicatement, puis versez-les dans le plat avec les pignons. Mélangez délicatement votre salade et servez.

L'AVIS DES INTERNAUTES
INGRID_4 : 5/5 **J'ai testé et j'ai vraiment craqué pour cette salade. Originale et complète, je cherchais une recette de salade comme celle-là depuis longtemps. Parfaite avec un trait de vinaigre balsamique À tester ab-so-lu-ment!**

RECETTE PROPOSÉE PAR ALINE_391

Œuf soufflé au gruyère

Pour 1 personne
Préparation 10 minutes | Cuisson 4 minutes
-de 0,20 € / personne

•4 œufs •60 g de gruyère •sel et poivre

1 Séparez les blanc d'œuf des jaunes. Placez chaque blanc dans un bol, ajoutez une pincée de sel puis montez-les en neige. Cela fait, creusez un puits dans le blanc et glissez un jaune dedans.

2 Râpez le gruyère, et parsemez-en le tout. Ajoutez un peu de poivre moulu. Enfournez à th. 6 – 180 °C et laissez cuire jusqu'à ce que l'œuf ait quasiment gonflé jusqu'au bord du bol.

L'AVIS DES INTERNAUTES
JULIA_267 : 5/5 Super façon de faire des œufs. Il faut mettre beaucoup de gruyère, surtout sur le dessus. J'ai essayé en tapissant le bol de pesto et en mettant des lardons et du fromage. C'était super !

Recette originale

RECETTE PROPOSÉE PAR CELINE_492

Soupe froide au melon et pointe de céleri

Pour 4 personnes
Préparation 10 minutes | Réfrigération 1 heure
-de 1,50 € / personne

• 2 melons moyens • 1 ou 2 branches de céleri • 1 citron • Tabasco • sel • 5 baies au moulin (facultatif)

1 Évidez les melons, coupez le céleri en morceaux et passez le tout au mixeur. Ajoutez le citron pressé, quelques gouttes de Tabasco et un peu de sel. Mettez la préparation dans des coupes individuelles, conservez au frigo 1 ou 2 heures.

2 Au moment de servir, ajoutez les baies au moulin et décorez de quelques petits morceaux de céleri.

L'AVIS DES INTERNAUTES
CECILE_2750 : 5/5 C'est tout simplement délicieux.

RECETTE PROPOSÉE PAR VIRGINIE94

Gaspacho andaluz (de ma maman !)

Pour 4 personnes
Préparation 20 minutes
-de 1 € / personne

• 1 concombre • 2 grosses tomates • 1 poivron vert • 1 oignon • de 1 à 2 gousses d'ail selon les goûts • 2 œufs durs • 1/4 de baguette rassise ramollie dans de l'eau froide • 15 cl d'huile d'olive (1 petit verre) • 7,5 cl de vinaigre • sel

1 Dans un mixeur mettez les ¾ du concombre épluché et coupé en morceaux, les 2 tomates pelées, l'oignon émincé, les 2 œufs réduits en morceaux, la moitié du poivron vert, l'ail et le pain. Assaisonnez (huile, vinaigre), puis faites tourner jusqu'à obtenir la consistance d'une soupe.

2 Versez le tout dans un grand saladier et noyez la soupe avec de l'eau très fraîche : le gaspacho doit être assez liquide. Salez à la convenance. Ajoutez en « déco » le quart restant du concombre coupé en petits dés. Servez très frais (c'est une entrée d'été).

L'AVIS DES INTERNAUTES
AUDE_1006 : 5/5 Très bon, très frais, je l'ai servi dans des verrines avec des pistaches concassées déposées sur le dessus, un vrai rayon de soleil !

RECETTE PROPOSÉE PAR SOIZIC

Bâtonnets de poulet sauce rouge

Pour 40 pièces
Préparation 10 minutes | Cuisson 35 minutes
Attente 15 minutes | Réfrigération 30 minutes
- de 0,30 € / pièce

- 4 blancs de poulet • 200 g chapelure moyenne • 2 œufs
- 100 g farine • 1 c. à soupe herbes de Provence • 1 c. à café paprika
- huile pour friture

POUR LA SAUCE : • 2 poivrons rouges
- 225 g de tomates en dés • 1 oignon • 1 gousse d'ail
- 2 c. à soupe de concentré de tomate • 1 c. à café paprika
- herbes de Provence • huile • sel et poivre

1 Pour la sauce : faites noircir la peau des poivrons sous le gril du four puis placez-les dans un sac plastique. Patientez 15 minutes puis retirez facilement la peau. Hachez-les puis mettez dans une poêle avec un peu d'huile ainsi que l'oignon et l'ail hachés. Faites cuire 10 minutes puis ajoutez les tomates fraîches, le concentré, les herbes, le paprika, 15 cl d'eau, du sel et du poivre. Laissez frémir 10 minutes et mixez. Après refroidissement, réservez au réfrigérateur.

2 Coupez le poulet en bâtonnets de 5 cm de long. Mélangez la chapelure, les herbes, le paprika, du sel et du poivre. Roulez les bâtonnets dans la farine, puis dans l'œuf battu, puis dans le mélange chapelure-épices. Placez 30 minutes au frigo. Chauffez l'huile dans une sauteuse et plongez-y les bâtonnets par petites quantités pour 5 minutes de cuisson. Servez chaud ou froid avec la sauce.

RECETTE PROPOSÉE PAR SOSO

Champignons à la tomate

Pour 4 personnes
Préparation 10 minutes | Cuisson 20 minutes
- de 1,50 € / personne

- 500 g de champignons de Paris • 200 g de sauce tomate
- 2 oignons • 2 gousses d'ail
- 2 c. à soupe d'huile d'olive • 3 c. à café de parmesan
- 2 c. à café d'origan séché • sel et poivre

1 Lavez et épluchez les champignons. Coupez-les en quartiers. Pelez et coupez les oignons en rondelles. Dans une sauteuse, faites revenir les oignons et les gousses d'ail écrasées avec l'huile d'olive et l'origan. Ajoutez les champignons puis versez la sauce tomate, salez, poivrez et remuez.

2 Couvrez et laissez mijoter à feu doux 15 minutes. Au moment de servir, saupoudrez de parmesan

L'AVIS DES INTERNAUTES
LAETITIA_2804 : 5/5 **J'agrémente des pâtes avec ces champignons à la tomate car c'est un bon moyen d'en faire manger aux enfants.**

RECETTE PROPOSÉE PAR CAROLE_197

Salade de concombre et melon à la menthe

Pour 4 personnes

Préparation 10 minutes | Réfrigération 1 heure **-de 1 € / personne**

- 2 concombres
- 2 petits melons ou 1 gros
- 10 feuilles de menthe
- sel et poivre noir du moulin

1 Épluchez les concombres, ôtez les grains puis coupez en cubes de 1 cm. Faites la même chose avec les melons. Mettez le tout dans un saladier, salez et poivrez légèrement, ajoutez la menthe ciselée et mélangez. Tenez 1 heure au frais puis servez en entrée.

L'AVIS DES INTERNAUTES
JAMILA2503 : 5/5 Extra! Rien à changer, je fais juste des billes de melon avec une cuillère parisienne et des «tagliatelles» de concombre avec un Économe. Plus sympa pour la présentation.

RECETTE PROPOSÉE PAR LILI

Salade melon, feta, jambon

Pour 4 personnes

Préparation 15 minutes

-de 2 € / personne

- 1 cœur de salade (feuille de chêne)
- 1 melon moyen
- 200 g de feta
- 4 tranches de jambon cru
- 4 c. à soupe de jus de citron
- 4 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 c. à café de thym
- sel et poivre du moulin

1 Épluchez le melon et coupez la chair en petits cubes. Coupez les tranches de jambon cru en fines lanières. Détaillez la feta en cubes. Pour la sauce, versez le jus de citron dans un bol, salez, poivrez et, si vous souhaitez une sauce allongée, ajoutez 2 cuillerées à soupe d'eau. Mélangez bien.
2 Ajoutez l'huile d'olive mélangez énergiquement pour obtenir une belle émulsion et incorporez le thym. Mettez la salade, le melon, le jambon, la feta et la sauce dans un saladier, puis remuez juste avant de servir.

L'AVIS DES INTERNAUTES
LYDOCHE : 5/5 Surprenant mais néanmoins délicieux. Deux étés que je le propose à mes amis avec beaucoup de succès. Moi, je ne m'en lasse pas. Vous pouvez remplacer la feta par un chèvre de type selles-sur-cher. Excellent.

RECETTE PROPOSÉE PAR GNOLU

Blinis faciles maison

Pour 4 personnes
Préparation 5 minutes | Réfrigération 1 heure
Cuisson 20 minutes
- de 0,20 € / personne

- 1 yaourt bulgare
- 1 œuf
- 1 pot à yaourt de farine
- ½ sachet de levure chimique
- 1 pincée de sel

1 Mélangez tous les ingrédients puis laissez reposer cette pâte pendant 1 heure au réfrigérateur. Faites cuire à sec dans un poêle à blinis ou dans une poêle antiadhésive : lorsque se forment des petites cavités, retournez-les. Servez de suite ou réchauffez-les avant de passer à table.

L'AVIS DES INTERNAUTES
YABONMANGER : 5/5 C'est très bien, j'en ai fait déjà deux fois et c'est super. Depuis, je ne les achète plus tout préparés, tant il est facile de les faire. Attention toutefois à la cuisson, il ne faut pas que la poêle soit trop chaude, sinon ça cuit trop vite.

RECETTE PROPOSÉE PAR CLOTILDE_13

Tartines à la sardine

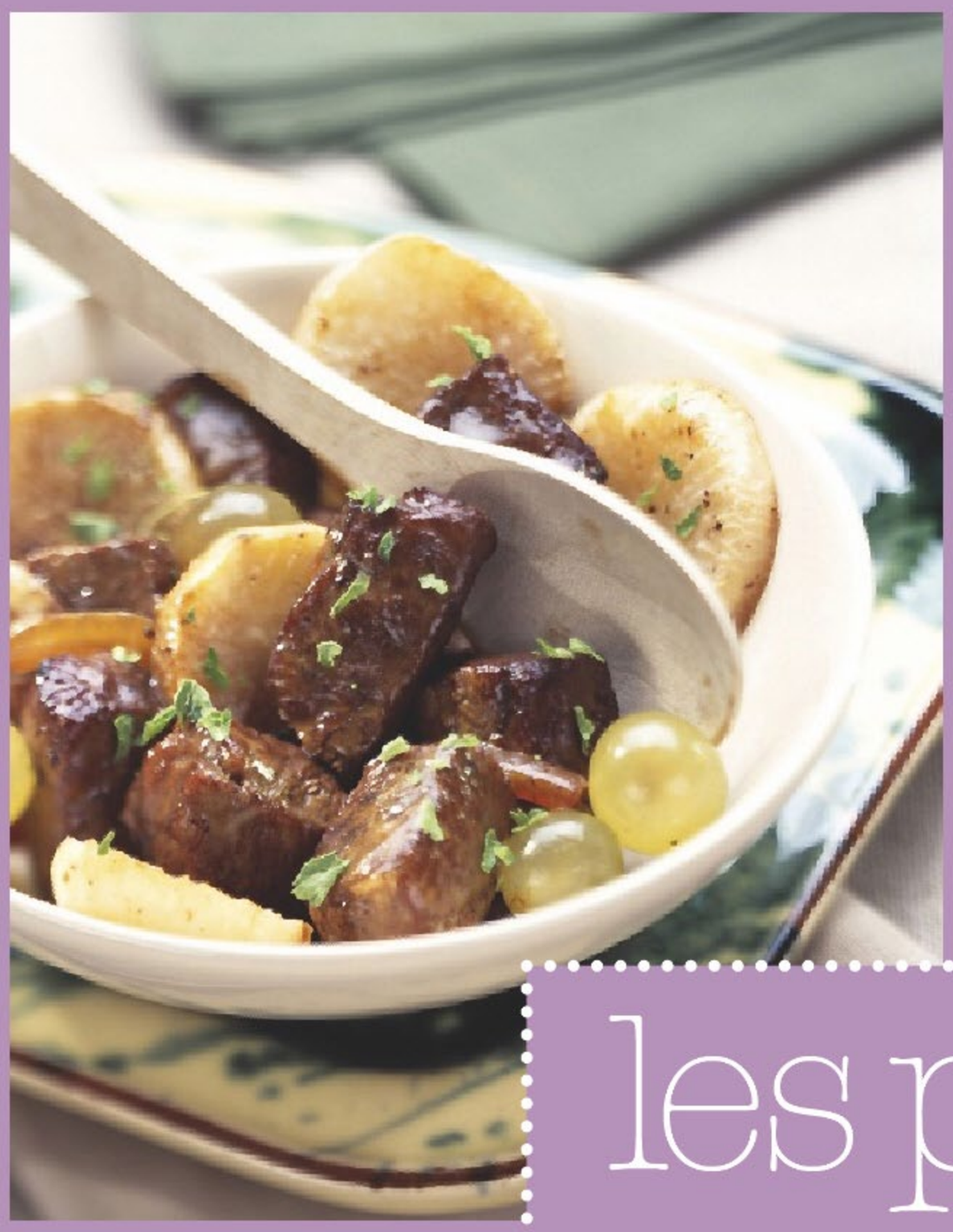
Pour 2 personnes
Préparation 25 minutes | Cuisson 10 minutes
- de 1,50 € / personne

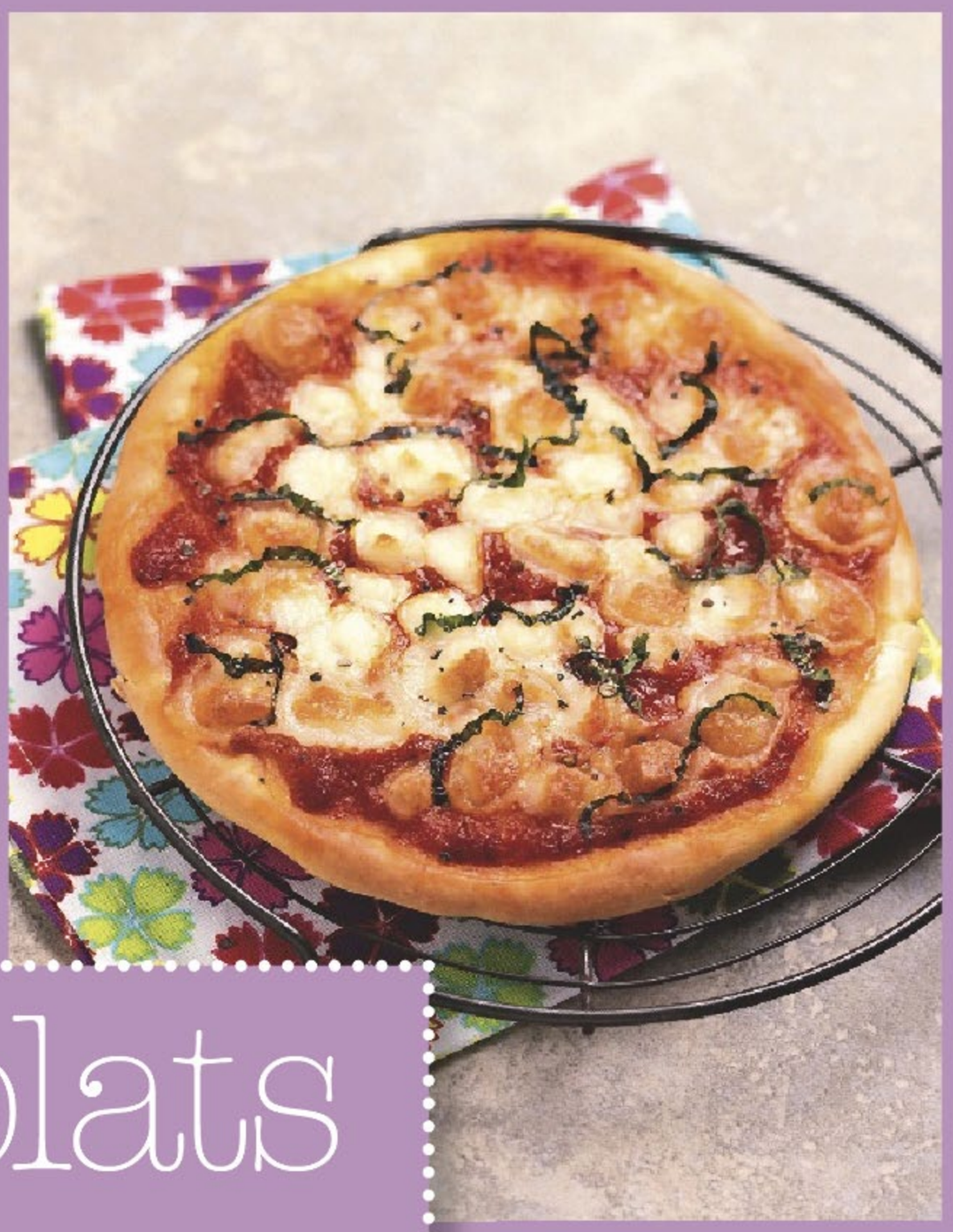
- 4 tranches de pain de campagne d'environ 1 cm d'épaisseur
- 150 g de sardines à l'huile en boîte
- 200 g de sauce tomate
- 1 à 2 gousses d'ail
- 1 c. à café de paprika en poudre
- 1 c. à café d'origan
- sel et poivre

1 Préchauffez le four à th. 6/7 – 200° C. Mélangez dans un récipient la sauce tomate, l'origan, le paprika. Ajoutez l'ail pressé ou coupé en petits morceaux, salez et poivrez. Écrasez les sardines (vous pouvez enlever l'arête centrale et la queue). Incorporez-les à la sauce.

2 Disposez les tranches de pain sur la grille du four et nappez-les de la préparation. Enfournez pour 10 minutes environ. Servez chaud avec une bonne salade verte.

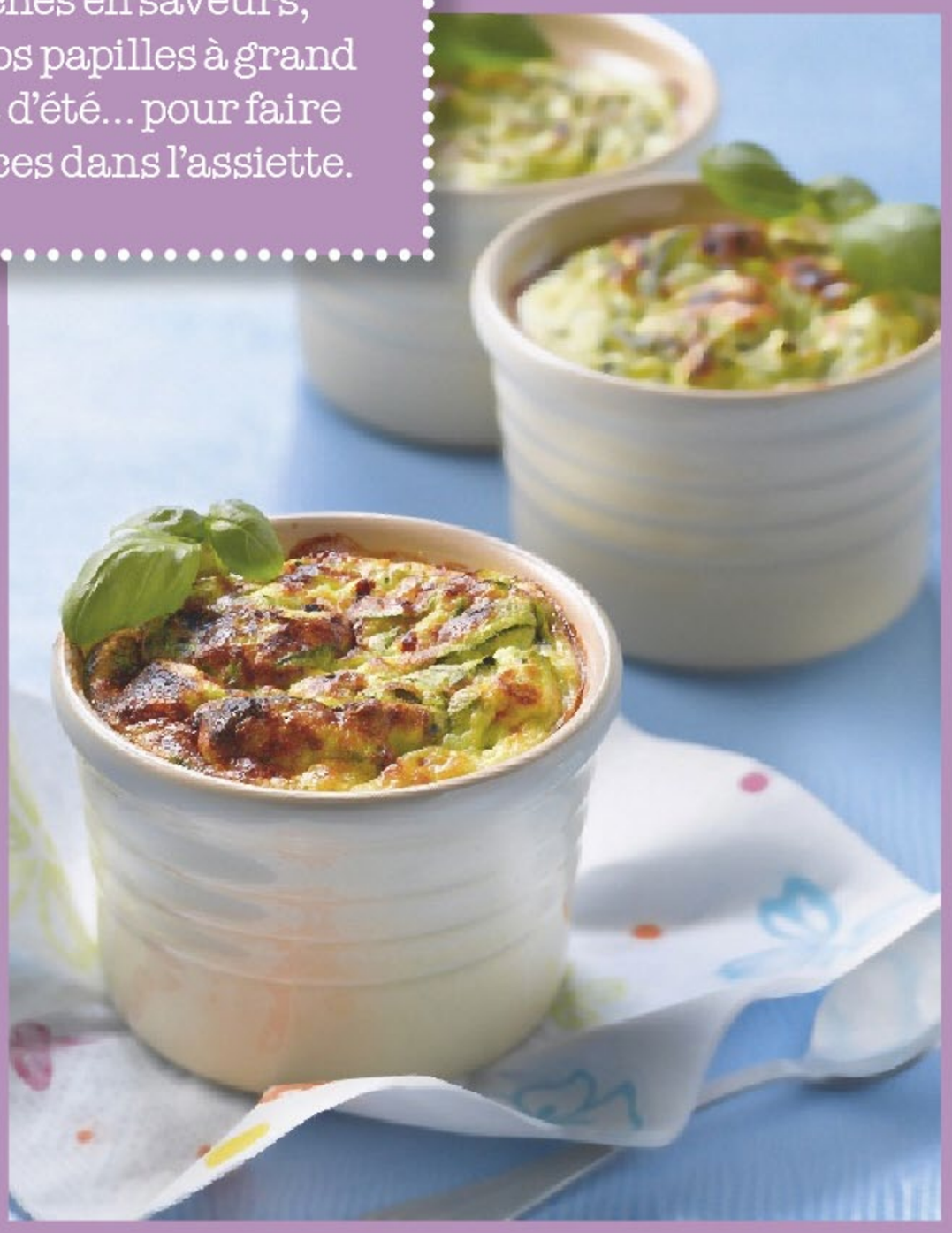
L'AVIS DES INTERNAUTES
CAROLINE_3080 : Très bon, facile, rapide, peu onéreux. Génial pour un petit plateau-télé improvisé pour les grands et les petits.





les plats

Gourmands et riches en saveurs, ces plats raviront vos papilles à grand renfort de légumes d'été… pour faire perdurer les vacances dans l'assiette.



RECETTE PROPOSÉE PAR CLAUCLAU

Aubergine farcie à l'orientale

Pour 6 personnes
Préparation 30 minutes | Cuisson 40 minutes
- de 1,50 € / personne

- 3 aubergines
- 3 oignons
- 20 g de beurre
- 250 g de riz
- 80 g de raisins de Smyrne
- 15 g de sucre en poudre
- 5 c. à soupe d'huile
- 1 pincée de safran
- sel et poivre

1 Mettez les raisins secs à gonfler dans un peu d'eau tiède. Cuisez le riz à l'eau bouillante salée. Égouttez et conservez un peu d'eau de cuisson. Mettez les oignons émincés avec les raisins égouttés, le safran et le sucre en poudre dans une casserole avec 2 cuillerées à soupe d'huile. Laissez fondre sur feu doux en remuant de temps en temps.

2 Coupez les aubergines dans la longueur. Creusez-les délicatement. Découpez la chair en petits dés et ajoutez-la au mélange précédent. Laissez cuire à feu doux 15 minutes environ puis ajoutez le riz. Le mélange ne doit pas être sec, ajoutez un peu d'eau de cuisson de riz si besoin. Préchauffez le four à th. 7 – 210 °C.

3 Remplissez les coques d'aubergines de la préparation, placez-les dans un plat à four huilé puis arrosez de l'huile restante. Versez un peu d'eau dans le fond du plat puis enfournez pour 20 minutes au moins.

L'AVIS DES INTERNAUTES

ISADO : 5/5 Très bonne recette ! J'ai utilisé du safran, du 4 épices et ras-el-hanout. Quant à la cuisson au four, j'ai laissé un peu plus longtemps pour que les coques soient cuites (et c'était encore un peu juste) ; une prochaine fois, je pense que je les précuirai carrément à la vapeur. Mais c'est à refaire ! Merci !

RECETTE PROPOSÉE PAR LEANE76770

Côte de porc au vin blanc et aux poivrons

Pour 4 personnes

Préparation 15 minutes | Cuisson 20 minutes

– de 2 € / personne

- 4 côtes de porc • 2 oignons • 1 poivron vert • 1 poivron jaune
- 1 boîte de tomates pelées en morceaux
- 25 cl de vin blanc • 1 bouquet garni (thym, persil et laurier)
- 2 c. à café d huile • quelques olives noires • sel et poivre

1 Faites dorer les côtes de porc dans une sauteuse avec un peu d'huile. Une fois tous les morceaux dorés, sortez-les de la sauteuse. Mettez les oignons à blondir, puis faites fondre les deux poivrons épépinés.

2 Ajoutez la viande, le vin blanc, le bouquet garni, la boîte de tomates pelées en morceaux et les olives dénoyautées coupées en deux. Laissez cuire à feu doux 15 minutes. Servez les côtes de porc avec la sauce. Bon appétit.

RECETTE PROPOSÉE PAR ORELY

Œufs à la tomate et chorizo

Pour 4 personnes

Préparation 5 minutes | Cuisson 20 minutes

– de 2 € / personne

- 8 œufs de petite taille • 12 tranches de chorizo
- 8 tomates • 3 gousses d'ail • huile d'olive • sel et poivre

1 Émincez l'ail et faites-le revenir dans l'huile d'olive dans une poêle. Ajoutez les tomates coupées en dés et faites-les fondre à feu doux pendant 10 minutes. Remuez de temps en temps.

2 Disposez les œufs dans la poêle comme des œufs au plat, puis le chorizo. Faites cuire pendant 6 minutes. Salez et poivrez.

L'AVIS DES INTERNAUTES
CHIPSTER64 : 5/5 Avec un peu de cumin, on se régale !

RECETTE PROPOSÉE PAR 1CAROLIVIER

Curry de porc aux pêches

Pour 4 personnes
Préparation 30 minutes | Cuisson 45 minutes
- de 3 € / personne

• 800 g de pointe de porc sans os • 2 oignons • 2 tomates • 1 boîte 4/4 de pêches au sirop • 100 g de crème fraîche • 200 g de riz • 50 g de noix de cajou • 2 c. à soupe de curry • 2 tablettes de bouillon • 2 c. à soupe d'huile • sel et poivre

1 Coupez la viande en petits dés et faites-la revenir avec les oignons émincés. Saupoudrez de curry, salez, poivrez, ajoutez les tomates épluchées et coupées en dés. Mouillez avec 1 l de bouillon réalisé avec les tablettes. Faites bouillir et laissez mijoter 45 minutes à demi-couvert à feu doux.

2 Préparez le riz, mélangez-y les noix de cajou grillées à sec. Retirez la viande et disposez-les dans un plat creux. Passez la sauce au tamis et faites-la réduire avec 3 cuillerées de sirop de pêche. Faites chauffer les pêches dans la sauce avec la crème fraîche et versez sur la viande.

L'AVIS DES INTERNAUTES
MYBOUGNA : 5/5 Excellent ! J'ai mis moins de bouillon, et j'ai tout mélangé à la fin, mais c'était tout aussi bon.

RECETTE PROPOSÉE PAR PATRICIA M

Chili verde (poulet au citron et au maïs)

Pour 6 personnes
Préparation 20 minutes | Cuisson 25 minutes
Marinade 2 heures
- de 2 € / personne

• 800 g de blancs de poulet • 4 citrons verts • 300 g de maïs en grains • 3 oignons blancs • 2 poivrons rouges • 5 c. à soupe d'huile d'olive • 2 c. à soupe de vinaigre • cumin • Tabasco • sel et poivre

1 Découpez le poulet en grosses lanières. Préparez une marinade avec le jus des citrons, 2 cuillerées d'huile d'olive, du sel et du poivre. Faites mariner la viande pendant 2 heures. Pelez et détaillez les oignons en rondelles. Épépinez et coupez les poivrons en lanières. Rincez le maïs.

2 Faites chauffer le reste d'huile dans une cocotte. Faites-y revenir les oignons, les morceaux de poulet et les poivrons environ 10 minutes en remuant bien. Baissez le feu, ajoutez le maïs et arrosez de vinaigre. Salez, poivrez et saupoudrez de cumin et d'un trait de Tabasco. Couvrez et laissez mijoter 15 à 20 minutes à feu doux.

RECETTE PROPOSÉE PAR MIRABELLE

Pois chiches au chorizo et tomates

Pour 4 personnes

Préparation 10 minutes | Cuisson 30 minutes

- de 0,50 € / personne

- 300 g de pois chiches cuits
- 200 g de chorizo
- 1 grosse boîte de tomates pelées
- 1 gousse d'ail
- 3 c. à soupe d'huile
- persil, romarin
- sel et poivre

1 Hachez l'ail et faites-le revenir dans l'huile chaude à la cocotte. Ajoutez le chorizo coupé en rondelles, saupoudrez de romarin et de persil haché.

2 Ajoutez les tomates égouttées et coupées en morceaux et laissez cuire 10 minutes. Ajoutez les pois chiches, laissez cuire 15 minutes. Salez, poivrez et servez.

RECETTE PROPOSÉE PAR CATHERINE_513

Pilons de poulet en croûte de pain

Pour 4 personnes

Préparation 20 minutes | Cuisson 45 minutes

Réfrigération 1 heure

-de 1,50 € / personne

- 12 pilons de poulet • 225 g de pain de mie • 2 citrons • 2 œufs battus
- 75 g de beurre • 100 g de farine • 2 c. à soupe d'estragon • sel, poivre

1 Mixez le pain de mie. Dans un saladier, ajoutez au pain de mie, l'estragon, le jus d'un citron, le beurre fondu et le poivre. Mélangez bien et laissez refroidir. Pendant ce temps, ôtez la peau des pilons.

2 Roulez les pilons dans la farine, puis dans les œufs battus. Enrobez-les d'une épaisse couche de miettes. Déposez-les dans un plat allant au four légèrement huilé et placez 1 heure au réfrigérateur.

3 Après avoir préchauffé le four à th. 6 – 180 °C, enfournez pour 45 minutes. La croûte doit être dorée et croustillante. Servez chaud accompagné de quartiers de citron pour en arroser les pilons brûlants.

L'AVIS DES INTERNAUTES

CELINE_5607 : 5/5 Tout simple, idéal pour un petit repas entre amis, tout en faisant sensation!

RECETTE PROPOSÉE PAR TATOU

Poulet aux olives au four

Pour 4 personnes | Préparation 10 minutes | Cuisson 45 minutes
- de 2 € / personne

- 1 poulet coupé en morceaux
- 1 bocal d'olives vertes dénoyautées
- 1 bocal d'olives noires de Nice (toutes petites)
- 1 oignon
- 1 boîte de tomates pelées
- thym, laurier (ou herbes de Provence)
- sel et poivre

1 Préchauffez le four à th. 7 – 210 °C. Rincez les olives et émincez l'oignon. Dans une cocotte allant au four, disposez le poulet, les tomates, les olives, l'oignon puis salez et poivrez. Ajoutez du thym et du laurier. Enfournez pour 45 minutes de cuisson, à couvert durant la moitié du temps.

VARIANTE : ajoutez quelques champignons de Paris émincés 15 minutes avant la fin de la cuisson.

L'AVIS DES INTERNAUTES
ROXYM868 : 5/5 En ce qui me concerne, je suis une cuisinière débutante. J'ai simplement ajouté des pommes de terre à la cuisson. Nous nous sommes régalés, un plat simple à réaliser et très bon à déguster. Merci.

RECETTE PROPOSÉE PAR JOSIANE_18

Porc au caramel

Pour 6 personnes
Préparation 30 minutes
Cuisson 1 heure
- de 2,50 € / personne

- 1 kg de viande de porc (échine, côtes, filet…)
- 200 g de sucre
- 2 c. à soupe de graines de sésame
- nuoc-mâm
- sel

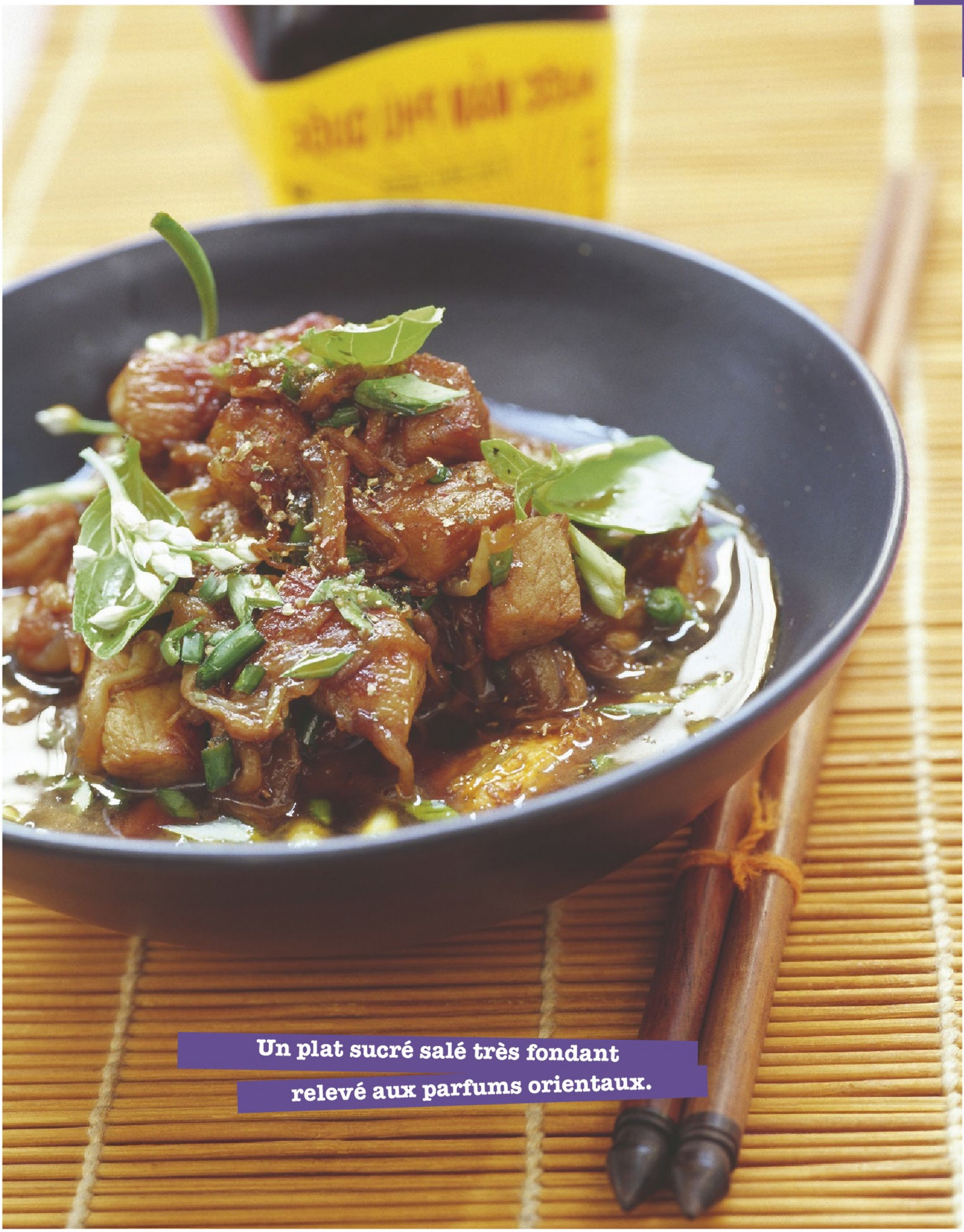
1 Découpez la viande en dés. Faites chauffer 100 g de sucre légèrement humecté dans une sauteuse à fond épais jusqu'à l'obtention d'une coloration brune. Retirez du feu et versez ½ verre d'eau en remuant pour liquéfier le caramel.

2 Ajoutez une bonne cuillerée à soupe de nuoc-mâm et du sel. Ajoutez le porc en dés puis de l'eau jusqu'à le recouvrir. Portez à ébullition puis laissez mijoter à feu doux avec un couvercle 45 minutes à 1 heure.

3 Le porc doit être cuit et le liquide réduit des deux tiers sinon laissez évaporer à découvert. Avant de servir, réalisez un autre caramel liquéfié par une cuillerée à soupe d'eau.

4 Versez aussitôt sur la viande en répartissant bien pour donner un aspect brillant et coloré bien appétissant. Décorez avec des graines de sésame grillées.

L'AVIS DES INTERNAUTES
GAUTIER_18 : 5/5
C'est vraiment parfait et très simple à faire (moi qui avais peur de faire un caramel !), le porc est fondant en bouche. Pour ma part, je n'ai mis que 125 g de sucre, et du gingembre frais !



Un plat sucré salé très fondant relevé aux parfums orientaux.

RECETTE PROPOSÉE PAR SANDRA_231

Sauté de bœuf au raisin

Pour 4 personnes
Préparation 20 minutes | Cuisson 1 h 10
- de 2,50 € / personne

- 800 g de bœuf dans un morceau bien maigre
- 2 courgettes
- 2 tomates
- 4 gousses d'ail
- 1 oignon
- 100 g de raisin
- 1 branche de sauge
- 15 cl de vin rouge
- 15 cl de bouillon de légumes (facultatif)
- 2 c. à soupe d'huile d'olive • sel et poivre

1 Lavez et pelez les courgettes, découpez-les en rondelles. Lavez et détaillez en dés les tomates. Pelez l'oignon, hachez-le. Pelez et écrasez l'ail. Lavez la sauge, hachez-la finement. Lavez et épépinez le raisin. Découpez la viande de bœuf en gros cubes.

2 Faites dorer les morceaux de viande sur toutes les faces dans un grand faitout, à l'huile d'olive, pendant 10 minutes. Ajoutez l'oignon haché, l'ail écrasé, les courgettes, les tomates, remuez, et faites cuire à feu moyen pendant 5 minutes. Mouillez au vin rouge, salez, poivrez.

3 Portez à ébullition, couvrez et laissez mijoter 45 minutes. Ajoutez les grains de raisin à la préparation ainsi que la sauge, ajoutez un peu de bouillon de légumes, si nécessaire. Laissez mijoter encore 10 minutes.

L'AVIS DES INTERNAUTES
VIRGINIE_1456 : 5/5 Recette excellente, j'ai utilisé du muscat et mes invités étaient ravis.

Recette originale

RECETTE PROPOSÉE PAR CATHY LA FÉE

Linguines aux brocolis, raisins et pignons

Pour 4 personnes

Préparation 30 minutes | Cuisson 20 minutes

- de 1,50 € / personne

• 400 g de linguines (spaghettis plats) • 600 g de brocolis • 1 oignon • 100 g de parmesan en bloc • 1 poignée de raisins secs • 1 poignée de pignons • 2 c. à soupe d'huile d'olive • sel et poivre

1 Détaillez le brocoli en bouquets. Faites cuire les brocolis à l'eau bouillante salée 5 minutes de manière à ce qu'ils restent un peu fermes. Égouttez. Faites cuire les pâtes al dente à l'eau bouillante salée.

2 Pendant la cuisson des pâtes, faites colorer l'oignon haché dans l'huile chaude à la sauteuse. Ajoutez les brocolis, baissez le feu et laissez-les s'attendrir.

3 Ajoutez alors les pâtes égouttées, le parmesan en copeaux, les raisins secs et les pignons. Mélangez et laissez quelques minutes au chaud avant de servir.

L'AVIS DES INTERNAUTES

EMMANUELLE_1752 : 5/5 C'était vraiment délicieux. J'ai juste ajouté des dés de jambon. Merci pour cette bonne recette.

RECETTE PROPOSÉE PAR SEVERYNE_1

Pennes au gorgonzola

Pour 4 personnes

Préparation 5 minutes | Cuisson 10 minutes

- de 1,50 € / personne

• 400 g de pennes • 200 g de gorgonzola • 25 cl de crème fraîche épaisse • 25 g de beurre • 1 bouquet de basilic frais • 1 poignée de pignons de pin • poivre

1 Coupez le gorgonzola en dés. Pendant ce temps, faites cuire les pâtes à l'eau bouillante al dente. Faites fondre le beurre dans une casserole puis ajoutez le gorgonzola pour qu'il fonde complètement à feux doux.

2 Ajoutez petit à petit la crème épaisse et un peu de basilic frais grossièrement coupé. Mélangez le tout avec les pennes égouttées, poivrez. Au moment de servir, ajoutez le reste du basilic et quelques pignons de pain.

L'AVIS DES INTERNAUTES

CLARA_SHELLER : 5/5 Cette recette est excellente et très simple à réaliser. Pour une jolie présentation, je sers les pennes dans des grands bols, avec une tomate cerise et quelques belles feuilles de basilic pour la déco !

Recette simplissime

Escalope de dinde à la feta et tomate cerise

Pour 4 personnes | Préparation 15 minutes | Cuisson 25 minutes
- de 2 € / personne

• 4 escalopes de dinde bien fines • 200 g de feta • 30 à 40 tomates cerise • huile d'olive • thym et herbes de Provence

1 Coupez la feta dans la longueur en fines tranches. Faites cuire légèrement les escalopes dans une poêle. Pendant ce temps, mettez les tomates cerise dans une casserole, arrosez-les d'huile d'olive et faites-les cuire à feu doux pendant une quinzaine de minutes.

2 Dans un plat de service qui va au four, disposez les escalopes, en les séparant chaque fois d'une belle tranche de feta. Arrosez d'huile d'olive, d'herbes de Provence et versez également les tomates cerise cuites. Passez au four préchauffé à th. 6 – 180 °C environ 20 minutes avant de passer à table.

L'AVIS DES INTERNAUTES
ANNE_38 : 5/5 Voilà un plat inratable que l'on peut préparer à l'avance et mettre au four 20 minutes avant de le servir. J'ai mis directement les tomates cerise crues dans le plat que j'ai servi avec des pâtes grecques dans un petit coulis de tomates fraîches. Excellent!

RECETTE PROPOSÉE PAR FRANCOIS_176

Lasagnes d'aubergine aux noix

Pour 6 personnes
Préparation 45 minutes
Cuisson 20 minutes
- de 1 € / personne

• 4 aubergines • 100 g de noix • 2 oignons • 20 cl de crème fraîche • 1 c. à soupe de miel • poivre

1 Coupez les aubergines en fines tranches. Cuisez-les au four à th. 6/7 – 200 °C durant 25 minutes. Pour la farce, coupez les oignons très finement, puis faites-les réduire avec de l'huile de tournesol. Hachez finement les noix et ajoutez-les aux oignons.

2 Ensuite, ajoutez la crème et un peu de poivre (pas de sel, il y en a déjà dans les aubergines). Terminez en ajoutant le miel. Montez dans un moule : une couche de tranches d'aubergines, une couche de sauce, etc.

3 Enfournez à th. 7/8 – 220 °C pour 20 minutes.

L'AVIS DES INTERNAUTES
FLORENCE_343 : 5/5
Encore meilleur avec un peu de pesto rosso…

Saupoudrées de fromage râpé avant d'enfourner, ces lasagnes n'en seront que meilleures.

Recette végétarienne

Gratin de courgette au riz et mimolette

Pour 6 personnes
Préparation 15 minutes
Cuisson 40 minutes
- de 1 € / personne

- 1 kg de courgettes
- 150 g de riz cru
- 150 g de mimolette râpée
- 3 œufs
- 200 ml de crème fraîche
- 300 ml de bouillon de volaille
- cumin
- sel et poivre

1 Mettez le riz à tremper dans le bouillon de volaille. Pendant ce temps, lavez les courgettes et râpez-les sans les peler. Dans une jatte, mélangez les œufs avec la crème, du sel, du poivre et du cumin. Ajoutez-les dans les courgettes râpées. Mélangez délicatement en ajoutant la mimolette. Reversez sur le riz, mélangez à nouveau et versez dans un plat allant au four.

2 Faites cuire à four chaud à th. 6 – 180 °C environ 40 minutes, jusqu'à ce que le dessus soit bien doré.

L'AVIS DES INTERNAUTES

MARINODECIBEL : 5/5 Recette facile, pas chère et excellente. Le mélange de saveurs sort de l'ordinaire et est une véritable réussite. Recette très appréciée par mes invités.

Recette végétarienne

Poulet mariné grillé à la cannelle

RECETTE PROPOSÉE PAR MIREILLE F

Pour 6 personnes
Préparation 10 minutes | Cuisson 15 minutes
Marinade 1 heure
- de 1 € / personne

- 1 beau poulet • 20 cl d'huile • 10 cl de vinaigre
- 1 c. à soupe de sucre • 1 c. à café de cannelle • sel et poivre

1 Découpez le poulet en morceaux. Préparez la marinade : mélangez tous les ingrédients, salez et poivrez. Faites mariner les morceaux de poulet 1 heure dans ce mélange. Égouttez bien et faites griller les morceaux 15 minutes environ en retournant souvent. Arrosez de temps en temps avec la marinade.

CONSEIL : servez avec une salade de pommes de terre aux oignons.

Poulet basquaise

Pour 6 personnes
Préparation 20 minutes | Cuisson 1 heure
- de 1,50 € / personne

- 1 beau poulet coupé en 6 morceaux • 1 kg de tomates
- 700 g de poivrons (verts et rouges) • 3 oignons émincés
- 3 gousses d'ail • 1 verre de vin blanc • 1 bouquet garni
- 6 c. à soupe d'huile d'olive • sel et poivre

1 Faites chauffer 4 cuillerées à soupe d'huile dans une cocotte. Faites-y dorer les oignons, l'ail pressé, les poivrons taillés en lanières. Laissez cuire 5 minutes. Lavez, épluchez et coupez les tomates en morceaux, ajoutez-les à la cocotte, salez, poivrez. Couvrez et laissez mijoter 20 minutes.

2 Dans une sauteuse, faites dorer dans l'huile d'olive les morceaux de poulet salés et poivrés. Ajoutez-les aux légumes, couvrez, ajoutez le bouquet garni et le vin blanc et c'est parti pour 35 minutes de cuisson.

L'AVIS DES INTERNAUTES
ZABOU27 : 5/5 Vraiment très bon ! J'ai juste ajouté du piment. C'est encore meilleur le lendemain…

RECETTE PROPOSÉE PAR CLAUCLAU

Raviolis au bœuf et à la sauce tomate

Pour 4 personnes | **Préparation 2 h 30 minutes** | **Cuisson 50 minutes**

- de 2 € / personne

- 200 g de viande cuite (bœuf, restes de pot-au-feu…)
- 1 kg de tomates pelées épépinées
- 100 g d'épinards cuits hachés
- 2 échalotes
- 1 gousse d'ail
- 2 œufs
- 120 g de parmesan râpé
- 250 g de farine
- huile d'olive
- thym
- basilic
- sel et poivre

1 Mélangez la farine avec les œufs et une pincée de sel. Ajoutez un peu d'eau si nécessaire pour obtenir une pâte ferme et souple. Laissez reposer 3 heures. Faites suer les échalotes hachées dans une sauteuse avec un peu d'huile. Ajoutez-y l'ail pressé et les tomates, du sel, du poivre, du thym et du basilic. Laissez mijoter 35 minutes à feu doux.

2 Hachez la viande avec les épinards, la moitié du parmesan, du sel et du poivre. Préchauffez le four à th. 6/7 – 200 °C.

3 Étalez la pâte à ravioli en 4 grands rectangles. Délimitez les carrés sur 2 rectangles, garnissez-les du hachis aux épinards et à la viande et fermez-les. Mouillez les interstices, posez les 2 autres rectangles, pressez entre chaque bosse de farce et découpez à la roulette.

4 Faites cuire les raviolis à l'eau bouillante salée, 5 à 10 minutes (le temps qu'ils remontent à la surface). Disposez-les dans un plat à gratin huilé, couvrez de sauce tomate, de parmesan râpé, de sauce tomate, puis de raviolis, sauce tomate et parmesan. Faites gratiner 10 minutes au four.

RECETTE PROPOSÉE PAR SOPHIE0681

Tarte Tatin de légumes

Pour 6 personnes
Préparation 30 minutes
Cuisson 30 minutes
- de 1 € / personne

- 1 pâte brisée
- 1 courgette
- 3 poivrons de couleurs différentes
- 2 tomates
- 1 oignon
- ½ aubergine
- 50 g de parmesan
- huile d'olive
- herbes de Provence (facultatif)
- sel et poivre

1 Lavez tous les légumes, puis émincez-les. Faites-les revenir dans de l'huile d'olive à feu moyen, pendant environ 20 minutes. Au bout de 15 minutes, assaisonnez et ajoutez les herbes.

2 Préchauffez le four à th. 7 – 210 °C. Garnissez le fond d'un moule à tarte de papier sulfurisé, puis étalez les légumes par-dessus et tassez à l'aide d'une cuillère ou autre, de façon à ce que le dessus soit à peu près plat.

3 Saupoudrez un peu partout de parmesan et mettez la pâte brisée par-dessus. Rentrez les bords à l'intérieur du plat. Piquez et enfournez pour 30 minutes, jusqu'à ce que la pâte soit cuite. À la sortie du four, retournez la tarte sur un plat et servez chaud.

L'AVIS DES INTERNAUTES
SEANYTOU : 5/5
Cette recette est vraiment excellente! J'avais peur au moment du démoulage que tout glisse mais non, tout se tient parfaitement et le rendu est très joli. Cette recette fait toujours l'unanimité et même ma belle-mère me l'a demandée! Encore merci.

Recette qui en jette

Une tatin version salée qui changera des tartes aux légumes classiques.

RECETTE PROPOSÉE PAR CATHY LA FÉE

Pizza aux légumes d'été

Pour 6 personnes
Préparation 20 minutes
Cuisson 40 minutes
– de 0,50 € / personne

- 1 pâte à pizza
- 2 belles tomates
- 1 courgette
- 2 petits oignons
- 1 poivron jaune
- 1 boule de mozzarella
- 1 c. à soupe de câpres
- huile d'olive
- origan
- sel, poivre

1 Ébouillantez les tomates puis pelez-les et coupez-les grossièrement. Nettoyez la courgette et détaillez-la en fines lanières à l'aide d'un Économe. Pelez et émincez les oignons. Lavez ensuite le poivron, épépinez-le et découpez-le en lanières.

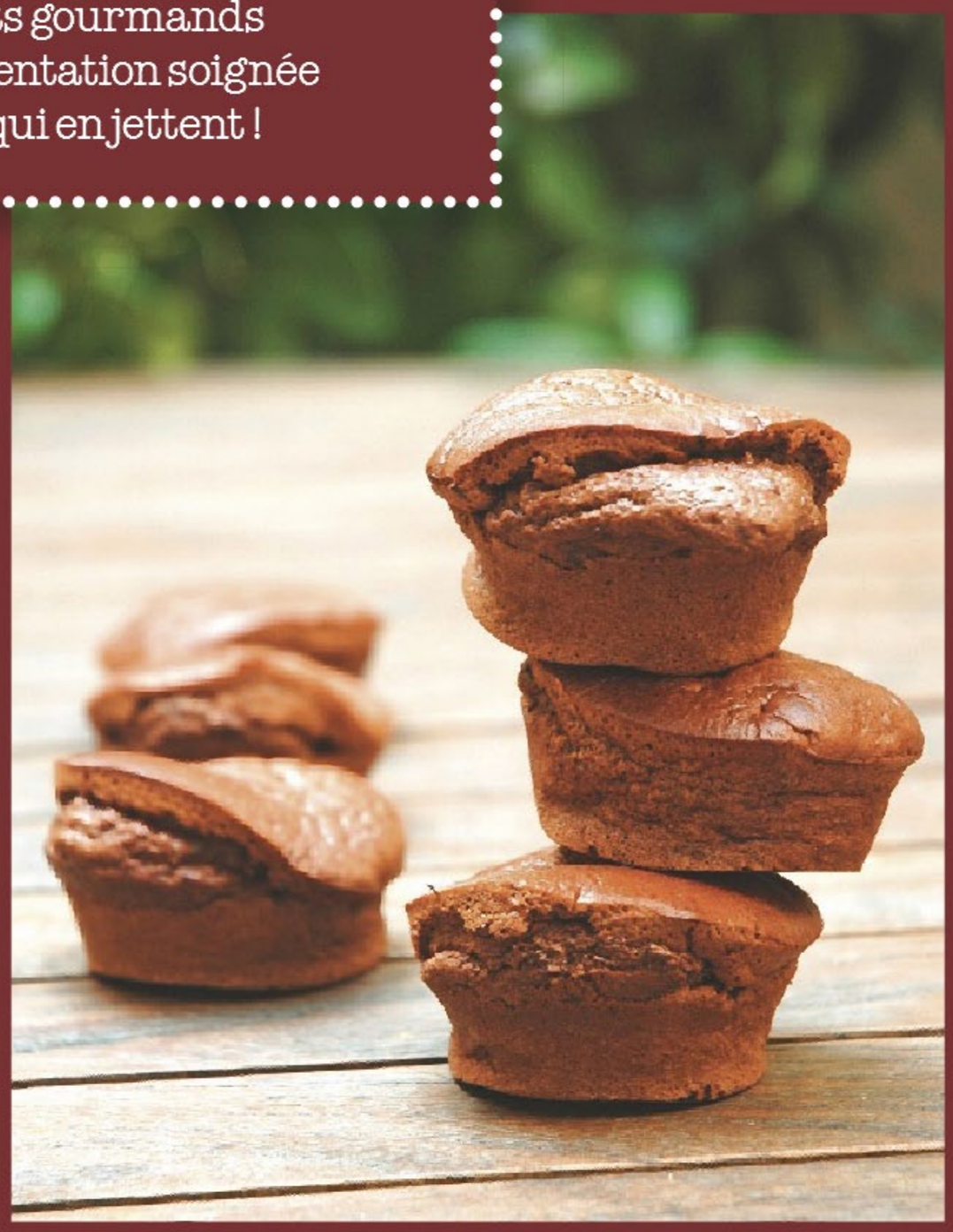
2 Dans une sauteuse huilée, déposez les légumes et faites-les revenir 10 à 15 minutes à feu doux. Salez et poivrez. Préchauffez le four à th. 6 – 180 °C.

3 Farinez la plaque du four et étalez dessus la pâte à pizza. Tapissez-le de la garniture aux légumes. Parsemez de câpres et d'origan. Coupez la mozzarella en dés et disposez-la par-dessus. Enfournez à four chaud et laissez cuire 30 minutes en surveillant la cuisson.

L'AVIS DES INTERNAUTES
MELODY_44 : 5/5 Très bon et sain en plus ! J'ai rajouté du coulis de tomate pour la base.

les desserts

Des ingrédients gourmands
à souhait + 1 présentation soignée
= des desserts qui en jettent !



Recette incontournable

RECETTE PROPOSÉE PAR MIKE_10

Original american cookies de Mike

Pour une quinzaine de cookies
Préparation 5 minutes
Cuisson 10 minutes

- 250 g de farine
- 125 g de sucre de canne roux
- 125 g de beurre • 1 œuf
- 1 sachet de sucre vanillé
- ½ sachet de levure
- 2 c. à café de miel
- pépites de chocolat (à volonté)
- 1 pincée de sel

1 Mélangez la farine, les sucres, le sel et la levure dans un grand saladier. Faites fondre le beurre et ajoutez-y l'œuf battu et le miel, puis incorporez le tout à la préparation. Ajoutez les pépites de chocolat (de préférence au lait, mais j'ai déjà goûté des cookies aux trois chocolats, et c'est exquis) et mélangez avec une cuillère en bois. **2** Préchauffez le four à th. 7/8 – 220 °C, en plaçant la grille au plus bas. Façonnez des cookies d'environ 10 cm de diamètre et disposez-les sur une plaque : ils doivent être assez espacés. **3** Enfournez pour 9 à 11 minutes, selon que vous les souhaitez extra-moelleux, moelleux ou « crousti-moelleux ». Vous m'en direz des nouvelles…

L'AVIS DES INTERNAUTES

TYPH66 : 5/5 Une tuerie ! Merci pour cette recette. Mon mari adore et on ne s'en lasse pas. Dès que j'en fais pour des invités, il faut que je refasse une tournée car mon mari est passé par là ! Ces cookies me font penser à ceux d'une enseigne bien connue.

RECETTE PROPOSÉE PAR FAROFA

Verrine aux poires et crème légère caramel au beurre salé

Pour 6 personnes

Préparation 20 minutes | Cuisson 10 minutes | Réfrigération 2 heures

-de 0,50 € / personne

- 2 belles poires bien mûres
- 70 g de beurre salé
- 50 cl de lait
- 2 g d'agar-agar
- 70 g de sucre

1 Lavez, épluchez les poires et découpez-les en dés. Délayez l'agar-agar dans le lait et mettez à chauffer à feu très doux.

2 Pendant ce temps, préparez le caramel : dans une casserole, mettez le sucre mouillé d'une cuillerée à soupe d'eau et le beurre, chauffez à feu vif jusqu'à l'obtention d'un caramel d'un brun soutenu. Tenez hors du feu.

3 Portez à ébullition le lait avec l'agar-agar : comptez 30 secondes d'ébullition puis retirez du feu. Hors du feu, mélangez en fouettant vivement le caramel et le lait bouillant. Répartissez les poires dans les verrines puis couvrez avec la crème et laissez refroidir au moins 2 heures avant de servir.

L'AVIS DES INTERNAUTES

CALISSON04 : 5/5 C'est vraiment très bon, ce dessert est génial, j'ai adoré.

RECETTE PROPOSÉE PAR CATHNICE

Verrine crémeuse aux fruits

Pour 4 personnes

Préparation 15 minutes | Réfrigération 4 heures

-de 3 € / personne

- 1 belle mangue
- 500 g de fraises
- 250 g de mascarpone
- 2 œufs
- 50 g de sucre
- 8 palets bretons
- amandes effilées pour le décor (facultatif)

1 Lavez et équeutez les fraises, coupez-les en petits morceaux. Épluchez la mangue, coupez la chair en dés. Séparez le blanc d'un œuf de son jaune. Battez l'autre œuf entier et ce jaune avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajoutez le mascarpone et mélangez.

2 Battez le blanc d'œuf en neige ferme, incorporez-le au mélange au mascarpone et laissez reposer au moins 4 heures au réfrigérateur (la crème tient mieux après un repos de quelques heures au frais).

3 Cassez les biscuits en gros morceaux, répartissez-les au fond de 4 verrines. Ajoutez les dés de fraise et de mangue, puis la crème au mascarpone. Décorez éventuellement de quelques amandes effilées.

L'AVIS DES INTERNAUTES

SEVE16 : 5/5 J'ai fait cette recette plusieurs fois et c'est toujours un succès. Je la présente dans des verres à vin. C'est joli, bon et super facile.

RECETTE PROPOSÉE PAR PIROUETTE

Gâteau de semoule aux pommes caramélisées

Pour 6 personnes
Préparation 10 minutes | Cuisson 45 minutes
- de 0,50 € / personne

• 4 pommes • 75 cl de lait • 100 g de semoule de blé
• 120 g de sucre en poudre • 1 sachet de sucre vanillé • caramel liquide

1 Faites bouillir le lait, versez-y la semoule en pluie et laissez cuire 10 minutes en remuant. Ajoutez le sucre en poudre et le sucre vanillé, mélangez et laissez chauffer quelques minutes.

2 Préchauffez le four à th.5/6 – 170 °C. Caramélisez le fond et les bords d'un moule à manqué. Pelez et évidez les pommes, coupez-les en rondelles épaisses et disposez-les sur le caramel. Versez la semoule et enfournez pour 25 à 30 minutes. Laissez refroidir, démoulez et servez.

L'AVIS DES INTERNAUTES
SARAH_MOTT : 5/5 Nous avons beaucoup apprécié ce dessert de type flan au goût de tarte Tatin, rapide à réaliser et succulent. Le seul problème est que les pommes ne sont pas assez cuites, la prochaine fois je les cuirai avant de les poser dans le fond du moule et j'ajouterai un peu de cannelle.

Cake aux figues

Pour 6 personnes
Préparation 15 minutes | Cuisson 40 minutes
- de 0,50 € / personne

• 8 figues • 2 œufs • 150 g de beurre à température
• 225 g de farine • 100 g de sucre
• 1 sachet de levure • sel

1 Préchauffez le four à th. 6 – 180 °C. Lavez les figues, séchez-les et coupez-les en petits morceaux. Travaillez le beurre à la spatule jusqu'à ce qu'il prenne une consistance crémeuse. Ajoutez le sucre avec une pincée de sel et mélangez jusqu'à ce que la préparation soit onctueuse.

2 Incorporez les œufs un par un, puis la farine et la levure. Ajoutez les figues et mélangez. Beurrez un moule à cake et versez la pâte dedans. Enfournez et faites cuire 40 minutes. Laissez refroidir avant de démouler.

RECETTE PROPOSÉE PAR NATACHA

Brochettes de grains de raisin caramélisés

Pour 4 personnes

Préparation 10 minutes | Cuisson 10 minutes

- de 1 € / personne

• 1 grosse grappe de raisin noir • 1 grosse grappe de raisin blanc
• 20 morceaux de sucre • quelques gouttes de jus de citron

1 Lavez et égrenez les raisins. Essuyez-les. Enfilez-les sur des pics en bois en alternant des grains blancs et noirs. Alignez ces brochettes au-dessus d'un saladier, en posant chacune des extrémités sur un bord.

2 Dans une casserole, faites fondre le sucre avec 3 cuillerées à soupe d'eau et le jus de citron. Lorsqu'il atteint la couleur du caramel, versez-le bouillant sur les brochettes en les tournant pour bien enrober les grains. Accompagnez de glace à la vanille et de tuiles aux amandes.

RECETTE PROPOSÉE PAR MATHILDA A DUBLIN

Gâteau autrichien aux quetsches

Pour 6 personnes

Préparation 10 minutes | Cuisson 40 minutes

- de 1 € / personne

• 1 kg de quetsches dénoyautées • 4 jaunes d'œufs • 4 blancs d'œufs
• 300 g de beurre mou • 300 g de sucre semoule
• 300 g de farine • 2 c. à soupe de sucre glace

1 Préchauffez le four à th. 5/6 – 170 °C. Travaillez le beurre et le sucre semoule jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajoutez alors les jaunes d'œufs, puis la farine, et enfin les blancs d'œufs battus en neige ferme.

2 Beurrez un grand moule à gâteau et versez-y la pâte. Incrustez les quetsches dans la pâte et saupoudrez de sucre glace pour faire caraméliser. Enfournez pour 40 minutes.

L'AVIS DES INTERNAUTES

KINAYU : 5/5 La formule est excellente et le résultat est moelleux. En revanche, en tant qu'Alsacienne, pour moi quetsche rime avec cannelle, donc un chouia de celle-ci dans la pâte s'impose, ainsi quelques gouttes de rhum. Ce gâteau est à faire et à refaire.

RECETTE PROPOSÉE PAR CLEMENTINE_4

Gâteau au chocolat des écoliers

pour 6 à 8 personnes **Préparation 10 minutes** | **Cuisson 30 minutes** **-de 1 € / personne**

- 200 g de chocolat noir
- 4 œufs
- 125 g de beurre
- 200 g de sucre en poudre
- 100 g de farine
- 1 sachet de levure

L'AVIS DES INTERNAUTES
CARMEN_3 : 5/5
Inratable. Le grand classique des anniversaires d'enfants, avec bien entendu dessus quelques bonbons au chocolat colorés !

1 Préchauffez le four à th. 6 – 180 °C. Faites fondre le chocolat au bain-marie ou au micro-ondes (dans ce cas, ajoutez 3 cuillerées à soupe d'eau pour 200 g de chocolat) puis incorporez le beurre.

2 Dans un saladier, mélangez d'abord les œufs et le sucre, ensuite la farine et la levure. Versez sur le tout le chocolat fondu, puis mélangez jusqu'à obtention d'une pâte homogène. Versez la préparation dans un moule à manqué beurré et fariné. Enfournez pour 25 minutes environ : adaptez le temps de cuisson selon que vous souhaitez un cœur de gâteau plus ou moins fondant.

RECETTE PROPOSÉE PAR MICHELINE

Chouquettes

Pour 45 pièces environ
Préparation 20 minutes | Cuisson 25 minutes
- de 0,10 € / pièce

- 3 gros œufs
- 100 g de beurre
- 150 g de farine
- 1 sachet de sucre vanillé
- 1 c. à soupe rase de sucre en poudre
- ½ c. à café de sel
- ½ c. à café de levure
- sucre perlé

1 Mettez 25 cl d'eau et le beurre dans une casserole et portez à ébullition. Lorsque le mélange bout, retirez la casserole du feu et ajoutez d'un seul coup la farine, la levure et le sel. Remuez avec une cuillère en bois jusqu'à ce que la pâte se décolle toute seule des bords de la casserole et ne fasse plus qu'une masse.

2 Laissez refroidir un moment. Ajoutez le sucre, 1 œuf entier et mélangez jusqu'à absorption complète de celui-ci par la pâte. Recommencez avec les 2 autres œufs : cette opération peut se faire au batteur électrique.

3 Préchauffez le four à th. 7 – 210 °C (190 °C suffisent dans le cas d'un four à chaleur tournante). Déposez sur une plaque beurrée ou recouverte de papier sulfurisé des cuillerées à café de pâte en les espaçant (2 plaques pour cette quantité). Ajoutez des grains de sucre perlé sur chaque chou en les enfonçant légèrement dans la pâte. Enfournez pour 15 à 20 minutes.

Recette incontournable

RECETTE PROPOSÉE PAR PRISCILLA LE BON

Compote bicolore aux prunes et mirabelles

Pour 6 personnes
Préparation 10 minutes | Cuisson 10 minutes
- de 1 € / personne

• 500 g de prunes rouges acides • 500 g de mirabelles • 150 g de sucre

1 Lavez et dénoyautez les prunes et les mirabelles. Faites-les cuire séparément dans 2 casseroles couvertes avec un fond d'eau, environ 7 minutes, jusqu'à ce qu'elles soient en compote.

2 Mettez 100 g de sucre dans la compote rouge et 50 g dans la compote jaune. Laissez chauffer 2 à 3 minutes et retirez du feu. Répartissez les compotes dans des coupes en superposant les couches.

CONSEIL : Ajoutez quelques amandes effilées à la préparation et décorez de fines tranches de citron confit.

L'AVIS DES INTERNAUTES
STÉPHANIE_4531 : 5/5 J'ai fait cette compote avec uniquement avec des prunes rouges, car c'est tout ce que j'avais. J'ai mis du sucre de canne complet, j'ai mixé pour que mes petits bandits ne trient pas les « peaux » et j'ai servi avec une boule de glace nougat. C'était top.

RECETTE PROPOSÉE PAR GANDAHAR75

Figues au miel

Pour 4 personnes
Préparation 15 minutes
- de 1,50 € / personne

• 8 figues fraîches (assez grosses et mûres)
• 4 c. à soupe de miel (de préférence additionné d'amandes, de pistaches et de noisettes)
• 4 boules de glace à la vanille

1 Préchauffez le four à th. 6 – 180 °C. Dans du papier aluminium, mettez 2 figues fraîches préalablement nettoyées et fendez-les assez profondément en croix.

2 Ajoutez 1 cuillerée à soupe de miel (si vous ne possédez pas de miel comme cité ci-dessus, confectionnez-le en prenant du miel liquide auxquels vous ajouterez les pistaches, amandes et noisettes décortiquées). Refermez la papillote et enfournez pour 10 minutes.

3 À la sortie du four, videz dans une petite assiette creuse et ajoutez une boule de glace à la vanille. Servez aussitôt.

L'AVIS DES INTERNAUTES
LINA_4 : 5/5 Super bon et super beau. J'ai changé un petit peu la recette en utilisant de la glace aux noix. Pour la décoration, j'ai trempé un cerneau de noix dans du miel. Il faut que la figue soit très chaude pour que le chaud-froid soit suffisamment prononcé.

RECETTE PROPOSÉE PAR ROMANE

Gratin aux fraises et au melon

Pour 6 personnes

Préparation 20 minutes | Cuisson 10 minutes

-de 1 € / personne

- 450 g de fraises
- 1 bon gros melon
- 225 g de crème fraîche épaisse
- 3 jaunes d'œufs
- 90 g de sucre en poudre
- 1 sachet de sucre vanillé

1 Lavez les fraises puis coupez-les en deux. Pelez et épépinez le melon puis coupez-le en tranches de 1 à 2 cm d'épaisseur. Préchauffez le gril du four. Tapissez les fonds de petits moules ou petites cassolettes beurré(e)s allant au four avec les fruits.

2 Fouettez les deux sucres avec les jaunes d'œuf jusqu'à ce que l'ensemble blanchisse, puis incorporez la crème fraîche. Lorsque le mélange est homogène, nappez-en les fruits. Faites gratiner sous le gril et servez bien chaud.

L'AVIS DES INTERNAUTES

CATHERINE_4934 : 5/5 **Très bon dessert d'été, rapide à faire, économique, léger et agréable à l'œil. Il est très léger et convient bien après un plat assez copieux. Il faut juste aimer les fruits… Vous pouvez aussi remplacer les fraises et le melon par des kiwis, par exemple.**

RECETTE PROPOSÉE PAR MELIMONA

Mille-feuille de brick aux fraises

Pour 6 personnes

Préparation 30 minutes | Cuisson 5 minutes

-de 1 € / personne

- 250 g de framboises
- 25 cl de crème pâtissière
- 2 feuilles de brick
- quelques amandes effilées
- sucre glace

1 Préchauffez le four à th. 6 – 180 °C. Commencez par faire 8 rectangles dans la première feuille de brick. Faites la même chose avec la seconde. Disposez ces rectangles sur une lèchefrite allant au four (si vous n'avez pas assez de place, disposez-les deux à deux) et enfournez pour 5 minutes maximum. Laissez refroidir.

2 Superposez 2 rectangles de brick et recouvrez la surface de crème pâtissière. Déposez alors des framboises en rang dans la largeur, rajoutez éventuellement un peu de crème pâtissière, placez quelques amandes effilées et saupoudrez de sucre glace. Refaites cette opération une fois et empilez ensuite vos rectangles garnis. Terminez par 2 feuilles de brique superposées décorées de 2-3 framboises et saupoudrées de sucre glace.

L'AVIS DES INTERNAUTES

TIKA : 5/5 **Cette présentation originale, facile et rapide à composer, est en plus excellente. Un vrai délice.**

RECETTE PROPOSÉE PAR ASTRID_56

Timbale de framboises

Pour 6 personnes
Préparation 20 minutes
Congélation 1 heure (crème)
+ 3 à 4 heures (timbale)
Réfrigération 1 heure
- de 1 € / personne

- 300 g de framboises
- ½ citron (jus)
- 140 g de sucre en poudre
- 70 g de meringues ou biscuits roses
- 20 cl de crème liquide

1 Cette timbale se prépare un peu à l'avance : 1 heure avant de démarrer les opérations, mettez la crème liquide au congélateur dans le saladier dans laquelle elle sera fouettée.

2 Réservez 50 g de framboises pour la décoration et passez le reste au mixeur. Ajoutez le sucre et e jus de citron. Pilez les meringues afin de les réduire grossièrement en poudre. Sortez la crème liquide du congélateur et battez-la en chantilly. Ajoutez la purée de framboise puis la meringue, et mélangez délicatement. Placez le tout 3 à 4 heures au congélateur dans un moule à charlotte ou dans une boîte en plastique.

3 Une heure avant de servir, placez les timbales dans le bas du réfrigérateur et, lorsque le mélange est devenu crémeux, piquez ça et là les framboises réservées pour décorer.

L'AVIS DES INTERNAUTES

ANONYME 5/5

Merci pour cette délicieuse recette qui, sous ses deux formes, est une valeur sûre. Les timbales de framboises vont désormais faire partie de mes desserts préférés. Pour faciliter le service, j'ai préféré répartir la préparation dans des coupes individuelles avant la mise au congélateur.

60 recettes à prix doux
LES DESSERTS

RECETTE PROPOSÉE
PAR PIERRE63

Soufflé au citron

Pour 4 personnes
Préparation 20 minutes
Cuisson 10 minutes
- de 1 € / personne

- 80 g de sucre semoule
- 3 citrons jaunes non traités
- quelques pincées de sucre glace
- 3 œufs
- sel

1 Placez les 4 ramequins au frigo le temps de les faire refroidir. Ensuite, beurrez-le et versez 20 g de sucre semoule dans l'un d'eux pour faire adhérer des grains aux parois, puis versez le reste dans le suivant et ainsi de suite. Réservez.

2 Préchauffez le four à th. 6 – 180 °C. Séparez les blancs d'œufs des jaunes. Placez 3 jaunes dans un saladier ainsi que 50 g de sucre semoule. Remuez aussitôt. Incorporez les zestes de 2 citrons tout en mélangeant. Réservez.

3 Placez les 3 blancs d'œufs dans un saladier et salez-les légèrement, puis montez-les en neige tout en ajoutant 10 g de sucre semoule le jus de 1 citron. Incorporez délicatement ces blancs dans l'appareil.

4 Garnissez les ramequins et enfournez pour 7 minutes. À la sortie, saupoudrez de sucre glace et servez aussitôt.

L'AVIS DES INTERNAUTES
LALAM63 : 5/5 Cet excellent soufflé s'accorde parfaitement avec un alsace-pinot-gris vendanges tardives. Il est le point d'orgue parfait d'un bon repas, léger et goûteux à la fois. Bravo!

RECETTE PROPOSÉE PAR MINNY

Petits gâteaux de mousse au chocolat

Pour 12 unités
Préparation 10 minutes | Cuisson 20 minutes
- de 0,30 € / pièce

- 400 g de chocolat au lait
- 6 œufs
- 50 g de farine
- copeaux de chocolat

1 Préchauffez le four à th. 5/6 – 160 °C. Faites fondre le chocolat au lait au bain-marie. Ajoutez les œufs et la farine puis mélangez à l'aide d'un fouet ou d'une cuillère de bois. Avec une louche, versez cette pâte dans 12 moules à muffins tapissés eux-mêmes de moules en papier sulfurisé. Enfournez pour 12 minutes : les gâteaux doivent avoir pris sur le pourtour mais le chocolat rester liquide au centre.

2 Laissez refroidir de 5 à 10 minutes (le centre se transformera en mousse en refroidissant). Retirez les moules en papier et garnissez de copeaux de chocolat.

Recette ultra simple

RECETTE PROPOSÉE PAR ANNICK

Tarte bicolore au raisin

Pour 6 personnes
Préparation 10 minutes
Cuisson 30 minutes
– de 0,50 € / personne

- **1 rouleau de pâte feuilletée**
- **500 g de raisins blancs et noirs**
- **75 g de sucre en poudre**

1 Préchauffez le four à th. 6/7 – 200 °C. Étalez la pâte dans un moule à tarte beurré, piquez le fond à la fourchette. Disposez les raisins lavés et égouttés sur le fond de façon harmonieuse.

2 Saupoudrez de sucre et enfournez pour 30 minutes.

RECETTE PROPOSÉE PAR SUPER CLARA

Mousse à la pomme

Pour 4 personnes
Préparation 20 minutes | Cuisson 15 minutes
- de 0,50 € / personne

• 3 ou 4 pommes • 1 citron non traité • 80 g de sucre en poudre • 30 cl de crème liquide • menthe fraîche

1 Prélevez le zeste du citron et réservez-le. Pelez les pommes et coupez-les en morceaux. Faites-les compoter à la casserole avec le sucre et 3 cuillerées à soupe d'eau. Mixez la compote finement avec le jus du citron et laissez refroidir.

2 Fouettez la crème en chantilly et incorporez-la à la compote froide. Trempez le zeste de citron 5 minutes dans l'eau bouillante, taillez-les en lanières et placez-les sur la mousse. Décorez de menthe.

L'AVIS DES INTERNAUTES
SCOUZI 5/5 Absolument délicieux et rafraîchissant, simplissime à réaliser. Il faut cependant préciser que la recette doit être réalisée plusieurs heures à l'avance pour que la compote soit très froide. Pour casser la monotonie de la mousse, j'ai émietté des spéculoos dans le fond du récipient. Enfin, pour moi, les zestes de citron ne sont pas nécessaires.

RECETTE PROPOSÉE PAR CYBERLOLA

Smoothie violet (banane, cassis, soja)

Pour 1 personne
Préparation 5 minutes
- de 0,50 € / personne

• 15 cl ou 1 petit verre de lait de soja • 1 petite banane ou la moitié d'une grosse • 2 c. à soupe généreuses de cassis (ou myrtilles ou mûres) • 1 pincée de cannelle (facultatif) • 1 pincée de sucre (facultatif)

1 Mixez tous les ingrédients environ 30 secondes : c'est la consistance qui importe, mais vous pouvez rajouter du lait de soja si cela vous paraît trop épais, ou bien un peu de banane si cela vous semble trop liquide.

L'AVIS DES INTERNAUTES
MAGALI_14 : 5/5 J'adore. D'ailleurs, je double la dose de lait de soja pour avoir un plus grand verre de boisson !

Nem de poire au chocolat

Pour 4 personnes
Préparation 20 minutes
Cuisson 20 minutes
-de 1 € / personne

- 4 feuilles de brick
- 2 poires
- 200 g de chocolat
- 40 g de beurre
- 2 c. à soupe de sirop de sucre de canne
- huile de friture

1 Coupez les poires en petits morceaux puis faites-les revenir dans le beurre préalablement fondu et le sirop de sucre de canne. Une fois chaudes, égouttez-les dans une passoire. Faites fondre le chocolat au bain-marie et ajoutez-y les poires.

2 Étalez les feuilles de brick et répartissez le mélange poire /chocolat. Roulez les feuilles en nems, puis rabattez les bords. Faites frire à la poêle dans de l'huile chaude et égouttez. Servez tiède ou froid.

L'AVIS DES INTERNAUTES

SARITA 5/5 J'adore cette recette, mais la deuxième fois j'ai un peu modifié la préparation. Explications : je mets des pommes en plus des poires, et du sucre vanillé quand je n'ai pas de sirop de sucre de canne. De plus,au lieu de mettre le chocolat dans la préparation, je fais une sauce que je sers à mes invités : ceux qui aiment avec beaucoup de chocolat sont aussi contents que ceux qui n'aiment que les fruits.

Plaisance Bio s'engage :
des matières premières bio,
dont l'origine locale et/ou
bio-équitable est privilégiée !

Nouveau

PRÉPARATIONS
POUR DESSERTS
PLAISANCE BIO

Adoptez la **bio** gourmandise !

ingrédients BIO
recettes FACILES à faire
SAVEURS gourmandes

Plaisance Bio

retrouvez-nous sur
www.plaisance-bio.com
NATURE ET ALIMENTS - Rue Nicolas Appert,
ZAC de la Brosse - 44400 Rezé

4 références pour varier les plaisirs :
Préparation pour… Petits Financiers, Muffins aux framboises,
Gâteaux pavot saveur ananas, Moelleux au chocolat

www.planetcuisson.fr

POUR VOTRE SANTÉ, ÉVITEZ DE MANGER TROP GRAS, TROP SUCRÉ, TROP SALÉ.

Les îles grecques et leurs paysages
suspendus entre ciel et mer.
Ici, Santorin la Blanche.

Cet automne, faites une hellénothérapie en découvrant les saveurs culinaires du pays des dieux. Elles mettent le soleil au menu et, par leur dimension traditionnelle, remettent à l'honneur la convivialité et l'hospitalité, des valeurs quelque peu négligées par le monde moderne.

Par Henri Yadan

Cuisine grecque, cuisine du soleil

En savoir plus...

La moussaka, un délice de tradition.

Adeptes de la diète méditerranéenne, les Grecs, qui inventèrent le livre de cuisine au IVe siècle, furent les premiers à penser « locavore », cette volonté de consommer des produits locaux en harmonie avec les saisons. Leur art culinaire privilégie le pain, les laitages, les grillades de viande ou de poisson et l'huile d'olive comme ingrédients de base. Un excellent remède médical naturel pour lutter contre le cholestérol. Directement influencé par la cuisine turque, ce patrimoine culturel fut importé par les Romains, qui l'adaptèrent bien entendu à leurs goûts. Son héritage est aujourd'hui un festin savoureux mettant en scène des recettes aux noms devenus très familiers hors de ses frontières.

Art culinaire qui privilégie la consommation de produits locaux.

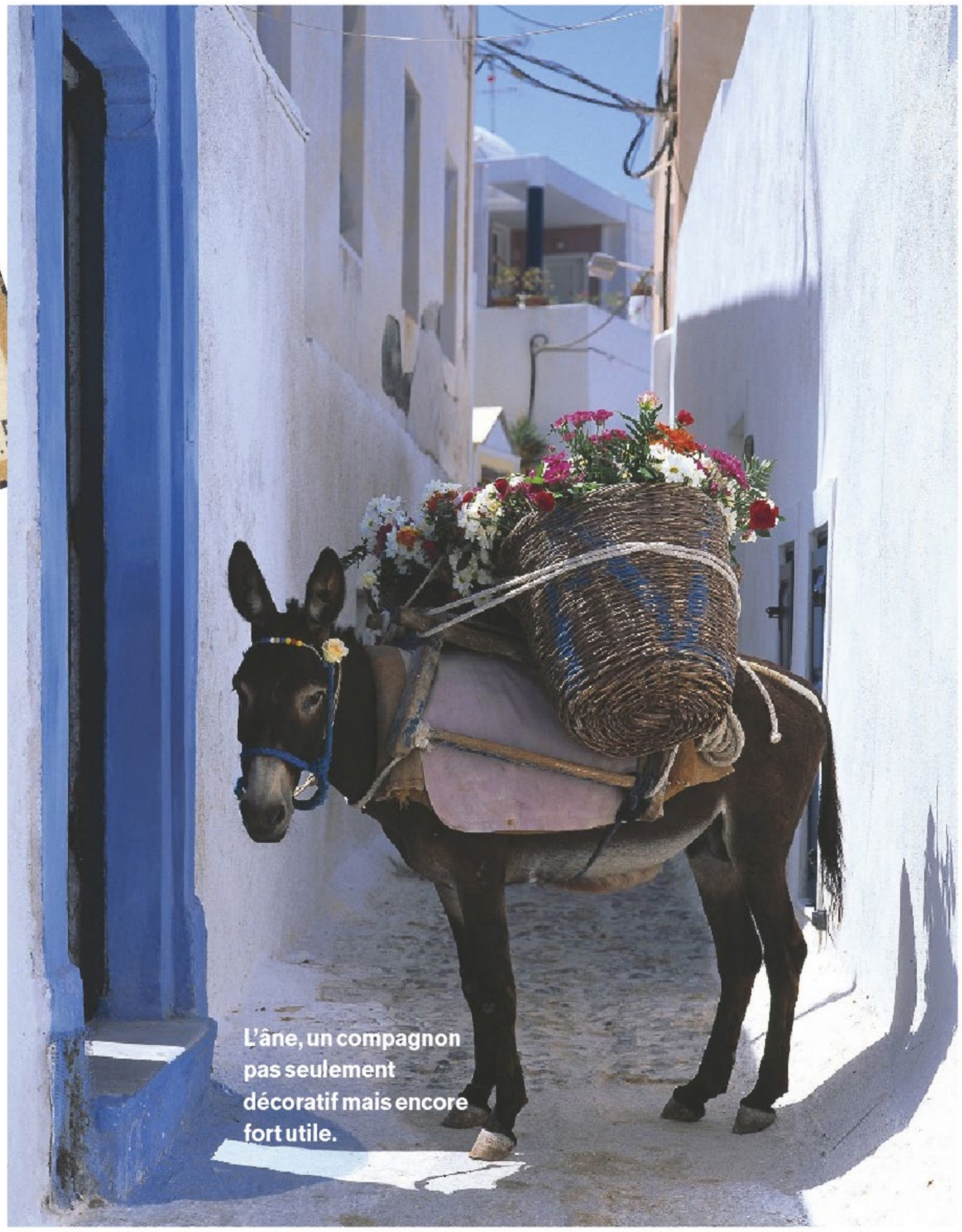
Un tableau gustatif sur fond azur

Prononcer les noms des spécialités gourmandes de cette péninsule aux îles paradisiaques, c'est déjà passer à table où tout commence avec l'ouzo. La consommation du pastis local est le prétexte à entonner des chansons populaires en se prêtant aux pas de danses folkloriques chères à Melina Mercouri et Nana Mouskouri. Dans ce pays où, comme partout ailleurs, les fast-foods et les sandwicheries ont fleuri, les traditions ont encore de beaux jours devant elles. À la maison, il y a toujours, pour les amis de passage, de la trahana, une sorte de pâte que l'on utilise dans la soupe. Et puis, préparer du tzatziki, un mélange de yaourt au concombre et à l'ail, ou une salade composée de tomate, concombre, poivron, oignon, olives, feta et parsemée d'origan, ne demande que quelques instants. C'est sous les cieux grecs que vous trouverez le meilleur tarama, cette purée d'œufs de poissons et de mie de pain de couleur orange à déguster en entrée avec du pain frais. Et comment résister aux dolmadès, ces feuilles de vigne farcies au riz ? Dans les tavernes du Péloponnèse, on déguste des tiropitès, des feuilletés à la feta, un fromage mi-mou de chèvre ou de brebis, à moins que vous ne préfériez les spanakopitès, garnis d'épinards. Plus consistant, le gyros est sorte de sandwich composé de viande grillée servie dans une galette de pain pita. Quant à la moussaka, cette recette de viande hachée aux aubergines est un véritable moment de plaisir gustatif, même si, à la maison, elle est un peu longue à préparer. Dégustez-la avec du retsina, un drôle de vin auquel on a ajouté de la résine de pin lors de sa fermentation, d'où son nom et sa saveur un peu âpre.

Dans les villages, le café reste encore surtout fréquenté par les hommes...

TRADITION ET CONVIVIALITÉ

Coutume encore très respectée dans les îles et les villages, les maîtresses de maison servent, en témoignage d'hospitalité, à leurs hôtes des amuse-bouches sucrés, glyka koutaliou, avec un verre d'eau et une cuillère à café. Elles leur offrent ensuite un petit verre de liqueur ou de café grec. On prépare ce dernier dans un petit pot de cuivre conique à col resserré et pourvu d'un long manche droit, appelé « briki ». On y fait bouillir du café moulu dans de l'eau que l'on sucre selon le goût de chacun. Puis on laisse le mélange reposer dans de toutes petites tasses et l'on sirote ce breuvage avec précaution afin que le marc reste bien au fond. Boisson fort populaire, le café se boit partout et à toutes les heures, à la maison, dans les magasins, les bureaux et surtout au café, le kafenio, lieu privilégié de rencontres et d'échanges.



L'âne, un compagnon pas seulement décoratif mais encore fort utile.

Le poulpe est battu afin d'être attendri, puis cuisiné ou grillé. Un régal !

De mer ou de viviers, le poisson ne manque pas sur les côtes grecques.

En savoir plus sur le poulpe...

Ciel bleu, simplicité, générosité, gaieté, cuisine goûteuse et variée, tels sont les ingrédients du cocktail que la Grèce vous propose de déguster si vous décidez d'y séjourner quelque temps.

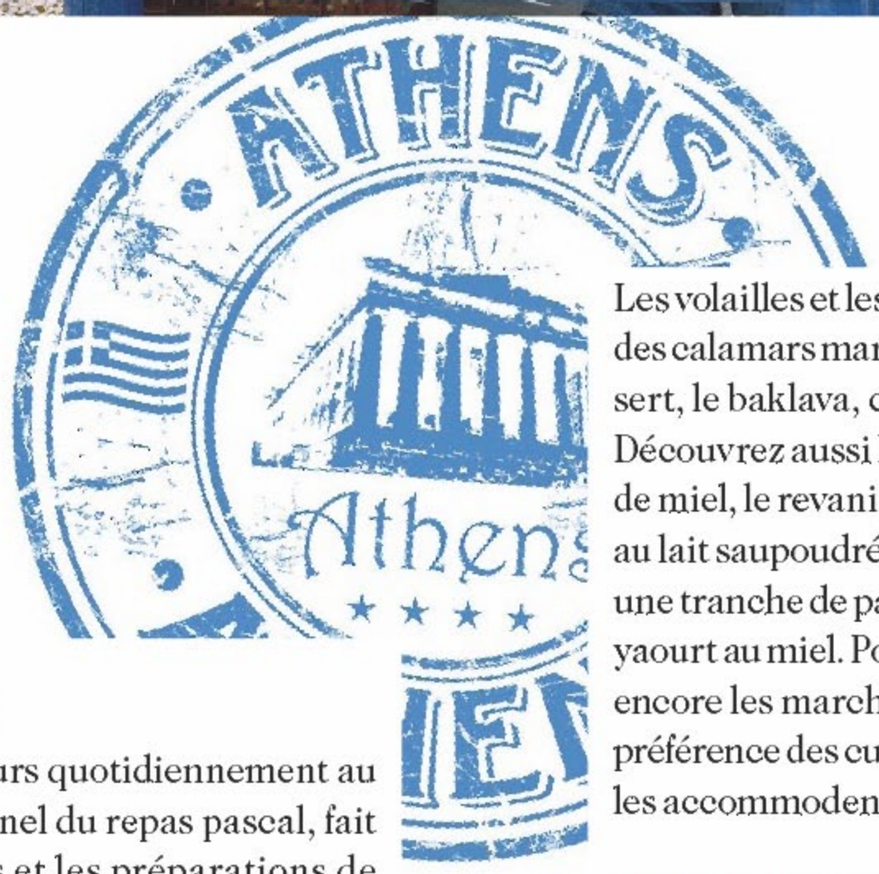
MANGER GREC À PARIS

Mavrommatis,
42 rue Daubenton, 75005 Paris.
Tél. 01 43 31 17 17.
www.mavrommatis.fr

La Maison grecque,
20 rue Mogador, 75009 Paris.
Tél. 01 45 96 37 38.
www.maisongrecque.com

Maison Micro,
140-142 rue Saint-Honoré,
75001 Paris
Tél. 01 42 60 53 02.
www.microtraiteur.com

Produits de Grèce,
15 rue Lagrange, 75005 Paris
Tél. 01 43 54 60 59.
www.produitsdegrece.com



Des plats d'une grande diversité

En Grèce, la viande n'est pas toujours quotidiennement au menu, mais l'agneau, plat traditionnel du repas pascal, fait d'excellents ragoûts au printemps et les préparations de cochon de lait commencent dès la fin de l'été. À la maison, la viande (comme d'ailleurs le poisson) se prépare le plus souvent en sauce ou au four. En revanche, dans les tavernes, elle se déguste souvent grillée : côtelettes, kokoretsi (une grosse brochette d'abats d'agneau), sans oublier les incontournables souvlakias ! Ces petites brochettes, traditionnellement de viande de porc, simplement arrosées de jus de citron et parsemées d'origan, sont dégustées tout au long de la journée : comme encas, en simple accompagnement d'un ouzo ou comme plat de viande, avec une bonne portion de frites universelles ! Les légumes sont assez souvent cuisinés à l'huile d'olive et à la tomate, ou farcis avec de la viande ou du riz.

Les volailles et les gibiers sont longuement mijotés, et la chair des calamars marine dans une huile d'olive vert foncé. Au dessert, le baklava, ce petit feuilleté aux amandes, est un must. Découvrez aussi le loukoumadès, sorte de beignet frit arrosé de miel, le revani, un gâteau de semoule, et le rizagolo, un riz au lait saupoudré de cannelle. À moins que vous ne préfériez une tranche de pastèque fraîche et juteuse ou une assiette de yaourt au miel. Pour faire leurs courses, les Grecs privilégient encore les marchés de village et les petits producteurs. Et la préférence des cuisinières va toujours aux produits frais qu'elles accommodent d'huile d'olive, d'herbes et d'épices.

Manger comme là-bas

Chez eux, nos amis grecs préparent chaque matin le proghevma. Ce petit déjeuner est composé de café turc baptisé ici grec, de petits pains grillés, d'un yaourt nature au lait de brebis ou de chèvre et de fruits frais. Le tout est parfois complété par un minifeuilleté farci à la viande vers 11 heures. Le déjeuner, ghevma, démarre vers 12 heures. Il est léger et permet juste de couper la faim pour tenir jusqu'au dîner, très tardif mais plus convivial. Vers 22 heures commence enfin le dipnon. Ce moment de partage est composé d'innombrables mézédès, des amuse-bouches chauds et froids qui garnissent toute la table. Pensez à vous adapter à ces horaires lors d'une prochaine balade sur les bords du Pirée…

Moussaka

Pour 6 personnes

Préparation 45 minutes
Cuisson 50 minutes
Réfrigération 12 heures
Repos 1 heure

- 600 g de bœuf haché
- 1,5 kg d'aubergines
- 3 oignons
- 2 tomates
- 1 boule de mozzarella
- 30 cl de bouillon de bœuf
- 25 g de farine
- huile d'olive
- sel et poivre

1 Coupez les aubergines en tranches dans la longueur. Salez-les et laissez-les dégorger 1 heure. Essuyez-les avec un linge et faites-les frire dans l'huile d'olive. Égouttez-les sur du papier absorbant. **2** Pelez et hachez les oignons. Faites-les blondir dans une poêle avec de l'huile d'olive. Coupez les tomates en tout petits cubes et ajoutez-les avec la viande. Cuisez 2 minutes en remuant. **3** Saupoudrez de farine, mélangez et arrosez avec 15 cl de bouillon. Faites cuire 10 minutes en remuant. **4** Coupez la mozzarella en tranches. Dans un plat huilé, montez la moussaka en alternant une couche d'aubergine et une couche de viande. Terminez par des aubergines. Arrosez du reste de bouillon, recouvrez de mozzarella. Couvrez et placez au frais jusqu'au lendemain. **5** Le lendemain, préchauffez le four à th. 6 – 180 °C. Chauffez la moussaka 25 minutes.

Feuilles de vigne farcies au riz

Pour 6 personnes

Préparation 30 minutes
Cuisson 1 h 20

- 25 feuilles de vigne
- 1 oignon
- ½ bouquet de persil
- ½ citron
- 75 g de riz rond
- ½ cube de bouillon de volaille
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- poivre

1 Plongez les feuilles de vigne 5 minutes dans l'eau bouillante. Égouttez-les et laissez-les refroidir. Pendant ce temps, pelez et hachez l'oignon. Lavez, séchez, effeuillez et hachez le persil. Pressez le citron et réservez-le ainsi que le jus. **2** Faites chauffer deux cuillerées à soupe d'huile d'olive dans une sauteuse. Faites-y revenir l'oignon 1 minute puis ajoutez le riz. Faites cuire 3 minutes en remuant. Versez alors 20 cl d'eau et ajoutez le cube de bouillon émietté. Portez à ébullition et faites cuire 5 minutes. En fin de cuisson, ajoutez le jus du citron, le persil, poivrez et mélangez bien. **3** Étalez les feuilles de vigne sur le plan de travail. Garnissez-les de préparation au riz puis rabattez les deux extrémités avant de les rouler sur elles-mêmes en enfermant la garniture à l'intérieur. **4** Posez les feuilles de vigne farcies, côte à côte, dans une sauteuse. Versez 10 cl d'eau, ajoutez le citron, poivrez et couvrez. Faites cuire 1 heure à feu doux. Retirez la sauteuse du feu et laissez refroidir avant de servir.

Houmous

Pour 6 personnes

Préparation 10 minutes
Cuisson 10 minutes
Réfrigération 1 heure

- 1 boîte de 450 g de pois chiches au naturel
- 2 gousses d'ail
- 1 citron jaune
- 5 c. à soupe de tahina (purée de sésame)
- 1 c. à café de coriandre en grains (facultatif)
- huile d'olive
- sel et poivre du moulin

1 Versez les pois chiches dans une passoire, rincez-les et faites-les cuire 10 minutes dans une casserole d'eau bouillante. Égouttez-les, versez-les dans le bol d'un mixeur, ajoutez les gousses d'ail pelées, dégermées et écrasées, la tahina, le jus du citron, une pincée de sel, du poivre et 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive. Mixez jusqu'à l'obtention d'une fine purée. Continuez de mixer en ajoutant 3 autres cuillerées d'huile d'olive en filet par la cheminée du mixeur jusqu'à ce que le mélange devienne onctueux. **2** Versez dans un bol, filmez et réservez au frais. Au moment de servir, versez un filet d'huile d'olive sur la préparation et ajoutez éventuellement des grains de coriandre moulus ou écrasés au pilon. À servir avec du pain pita ou libanais.

Baklava

Pour 6 personnes

Préparation 20 minutes
Cuisson 25 minutes

- 500 g de cerneaux de noix
- 20 feuilles de filo
- 200 g de beurre
- 150 g de sucre
- 1 verre de miel liquide
- 3 c. à soupe d'eau de rose
- ½ c. à café de cannelle

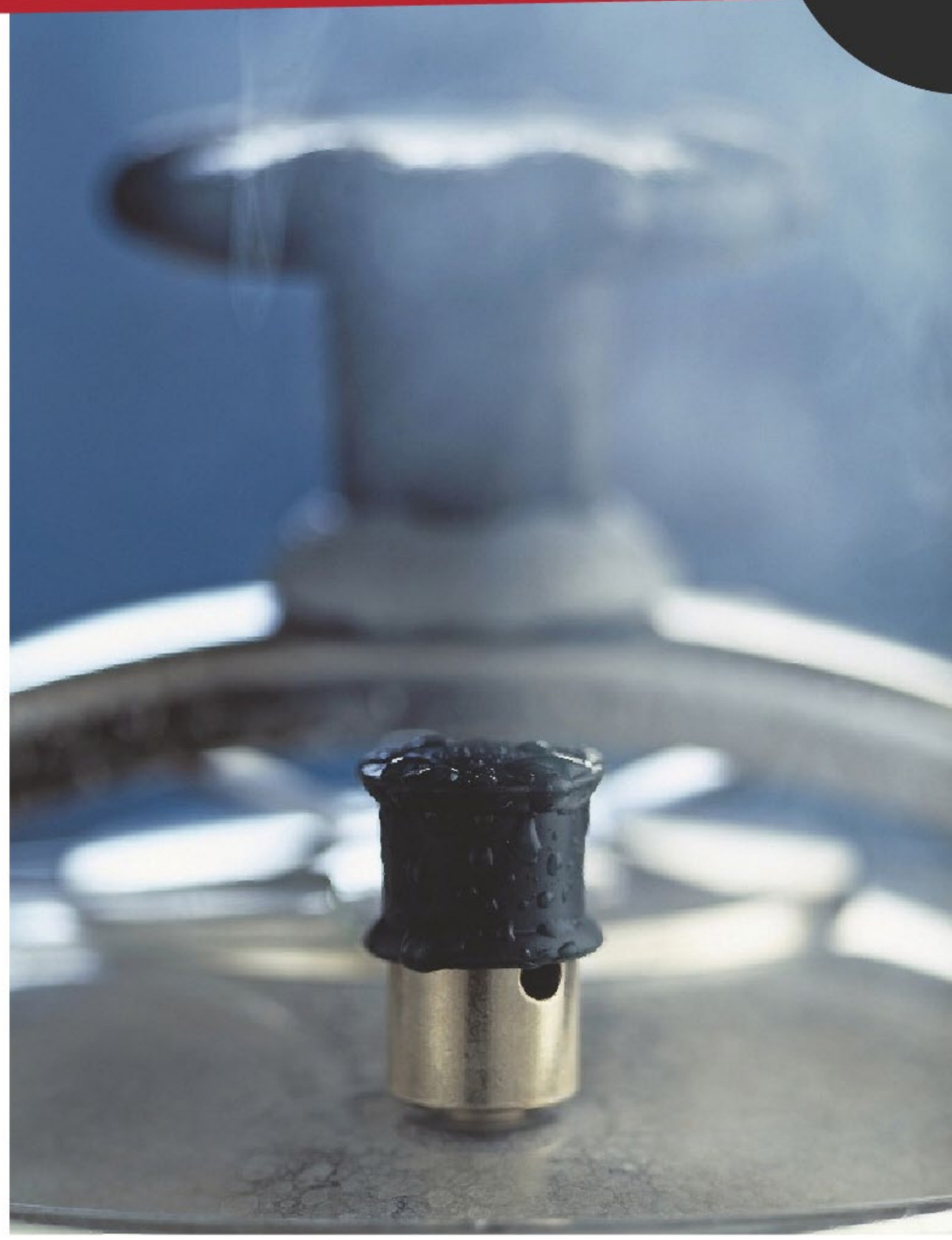
1 Réservez 50 g de beurre. Faites fondre le reste et laissez-le tiédir. Mixez les noix grossièrement. Versez-les dans un saladier. Ajoutez la cannelle, l'eau de rose, le sucre et le beurre fondu. Mélangez bien. **2** Faites fondre le reste de beurre. Badigeonnez-en les feuilles de filo. Préchauffez le four à th. 7/8 – 220 °C. Beurrez un grand moule rectangulaire à bords hauts. Garnissez-en le fond de la moitié des feuilles de filo. Versez la préparation aux noix et étalez-la uniformément sur toute la surface puis recouvrez de l'autre moitié des feuilles. **3** Avec un couteau fin très tranchant, découpez en forme de losange les feuilles de filo du dessus. Couvrez le moule de papier d'aluminium et enfournez. **4** Faites cuire 15 minutes. Sortez le baklava du four et nappez le gâteau de miel. Laissez refroidir et servez.

OUZO, L'APÉRITIF NATIONAL

Cette boisson incolore qui devient blanche au contact de l'eau est le symbole de l'art de vivre à table chez les descendants de Dionysos, le dieu de la vigne et du vin. Venue d'Asie Mineure, elle compte parmi ses ingrédients de l'anis, de la muscade, du fenouil, de la cardamome, de la cannelle, de la coriandre ; son titre alcoométrique est de 40°. Bénéficiant d'une AOC, l'ouzo donne toujours lieu à une petite cérémonie sur la façon de le servir. On le déguste plus ou moins dilué selon que la cuisine est douce ou épicée, et s'accompagne souvent de sardines salées. Sur place, profitez de l'hospitalité des Grecs, qui le servent à tout moment avec des mezze pour lever le verre de l'amitié.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.

Cocotte-Minute V



Ces deux cousines jouent des coudes pour distancer l'autre dans la course à la meilleure cocotte. Au cœur des cuisines depuis belle lurette, elles n'en finissent pas de se réinventer afin de remporter la palme.

Par Julien Trubert

Prendre le temps de cuisiner, de laisser mijoter son bon petit plat, annonce presque nécessairement l'usage d'une cocotte. Ce véritable immanquable de toute cuisine qui se respecte retrouve un second souffle après des années de vache maigre dues à la mode des appareils électriques et des mets cuits à la minute. Il n'est désormais plus ringard d'apporter cet ustensile sur la table. Les designs de certains modèles, le côté convivial des recettes préparées, ne sont pas pour rien dans ce regain d'intérêt… c'est même le comble du chic de servir ses convives au lieu de leur apporter une assiette déjà pleine. Quelle cocotte fera le plus d'effet ? Quels sont les avantages de l'une par rapport à l'autre ? Petit bilan autour de différents thèmes.

La plus ancienne ?

Les cocottes, immuables, semblent avoir toujours existé. Celle en fonte est le fruit d'une rencontre en 1924 (seulement), lors de la Foire de Bruxelles. Deux Belges – Armand Desaegher et Octave Obecq – combinent leurs talents et créent la cocotte en fonte émaillée telle que nous la connaissons aujourd'hui. Un an plus tard, le spécialiste de la fonte et celui de l'émail donnent vie à la marque Le Creuset, qui, depuis, domine le marché. Sa cousine,« Minute », présente quant à elle deux naissances. La première revient au Français Denis Papin en 1679. L'inventeur, mathématicien et physicien spécialiste de la vapeur, planche sur le projet de son « digesteur », un appareil capable de cuire os et morceaux de viande si fortement que ceux-ci se transforment en gelée. Malgré le succès expérimental de l'ustensile, Denis Papin ne vend pas sa création et se concentre sur d'autres projets. Les frères Lescure, propriétaires de la société SEB, commercialisent en 1953 leur première Cocotte-Minute. Ce nom est d'ailleurs leur invention.

La plus facile ?

Experts comme néophytes peuvent utiliser une cocotte. Rien de plus facile que de verser les ingrédients dans ces « gamelles », de mélanger, de vérifier régulièrement la cuisson avant de se délecter du résultat. Le vrai challenge est sans doute de sortir des sentiers battus et rebattus. Heureusement, la presse se mobilise aux côtés d'auteurs encourageants. On dénombre moult ouvrages en librairies pour dynamiser le genre culinaire et réveiller l'usage des cocottes. Nouveaux jus, ingrédients jusque-là boudés… tout y passe. Même la présentation finale compte désormais pour être à la hauteur du goût.

La plus polyvalente ?

Le choix est difficile… Cuisson vapeur, plats mijotés, préparés à l'étouffée, méthode de stérilisation (pour les pots de confiture, par exemple), la Cocotte-Minute semble grande gagnante. C'est sans compter sur le caractère accrocheur de sa cousine en fonte. La vapeur, très peu pour elle, mais elle trouve tout de même des solutions pour contrer son ennemie à l'instar de modèles dotés de réserve. Placée sur le couvercle, celle-ci accueille des glaçons ou de l'eau. La chaleur se dégageant de la cocotte crée de la condensation et offre aux mets un fondant délicieux. Nul besoin de soulever le couvercle toutes les

En savoir plus sur la cocotte minute…

Scocotte en fonte le match !

trois minutes pour vérifier l'avancée de la cuisson, cette humidité s'occupe de tout. Différence de taille entre les deux cocottes : celle en fonte accepte tous les feux sans broncher, alors qu'il faut choisir si une gazinière ou une plaque électrique accueillera sa cousine dite « Minute ». Quant au four, les cocottes en fonte apprécient un petit séjour au chaud, notamment pour des effets gratinés gourmands ! La Cocotte-Minute passe son tour, en revanche.

La plus saine ?

Tout dépend de ce que l'on prépare, évidemment. Crème fraîche, beurre, sauce au vin… il est facile de se faire plaisir au risque de mettre en péril sa jolie silhouette. La cuisine vapeur ne cesse de recevoir les louanges de professionnels de la diététique. Méthode assurant l'absence de matières grasses, conservant les vitamines et minéraux, filtrant les pesticides et nitrates qui filent dans la vapeur d'eau, elle convainc les experts santé, mais aussi les gourmands qui apprécient le goût non dénaturé des aliments cuisinés. La Cocotte-Minute, reine dans ce domaine, l'emporte donc. La cuisson à l'étouffée arrive seconde dans le cœur des nutritionnistes, celle-ci offrant une récupération efficace d'éléments nutritifs. Les ingrédients mêlés forment un jus à consommer absolument pour une action profitable sur l'organisme. Alors que l'on déconseille fortement de consommer l'eau issue de la cuisson vapeur qui contient, quant à elle, les éléments les plus nocifs des aliments.

La plus belle ?

Domaine forcément subjectif par essence, l'esthétisme des cocottes diffère selon les individus. Disons que les designers semblent davantage s'amuser avec les modèles en fonte. De nouveaux coloris naissent ainsi chaque année, des formes originales également. Le rond et l'ovale voient ainsi débarquer des silhouettes carrées ou représentant des vaches, citrouilles, pommes, poules. On adhère ou on se montre hermétique face à ces créations parfois déroutantes. Sans parler, bien sûr, des modèles individuels si tendance ! La Cocotte-Minute ne bénéficie pas de ces largesses. Son Inox indémodable ne bouge pas d'un iota, c'est donc sur ses poignées et son couvercle que les designers s'essaient. Un peu de rouge par-ci, une pointe de vert par-là… rien de transcendant. Seulement une continuité qui dure, qui dure !

LES RIVAUX DE DEMAIN ?

Les cocottes ont un ennemi commun : l'électroménager. En tête, les fours vapeur capables de cuire les aliments sans ajouts de matière grasse, de chauffer sans dessécher et donc de préserver vitamines et minéraux des aliments. Bref, tout ce qui fait la force des cocottes… Seul inconvénient : ce four ne se montre pas assez puissant pour gratiner et cuire avec vigueur. Il faut donc disposer d'un second appareil ou débourser davantage pour un modèle combiné, tout-en-un. Second ennemi – et pas des moindres – le robot ménager qui cuit, pétrit, mélange, râpe… Ce Robocop de la cuisine, à l'image du Thermomix de Vorwerk, fait tout et empiète sur les domaines jusque-là réservés aux cocottes. Ces dernières ne trouvent comme consolation que le prix de ces appareils électroménagers, souvent dix fois plus élevé que le leur. « Ouf ! », disent les belles.

Enquête lecteurs

GRAND SONDAGE !

- Vous avez aimé le magazine Marmiton ?
- Vous dévorez les recettes mais faites l'impasse sur une rubrique ?
- Vous avez des remarques à formuler ou des suggestions à faire la rédaction ?

À GAGNER
30 lots de 6 moules en silicone

DONNEZ VOTRE AVIS

Et répondez en ligne à notre questionnaire

www.marmiton.org/enquetemag

N'hésitez pas, votre point de vue compte beaucoup pour nous !

(Les 30 premiers à répondre au questionnaire recevront un lot de 6 moules en silicone)

NOUVEAU
Passez votre smartphone sur ce flash code* et vous accédez directement à notre questionnaire sur notre site Internet

* Pour lire le flash code, il faut disposer d'un smartphone avec appareil photo, une connexion Internet et télécharger une application gratuite (ex. : NeoReader, Barcode scanner, Flashcode by Scanlife…

Marmiton

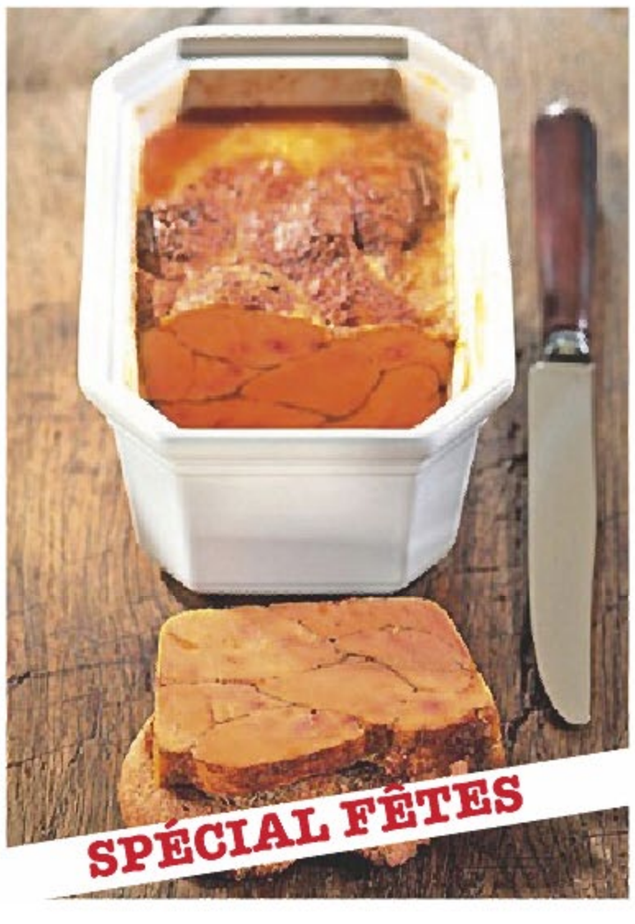
PROCHAIN NUMÉRO

DÈS LE 17 NOVEMBRE

retrouvez Marmiton n°4, votre magazine préféré en kiosque !

AU MENU :

- UN DOSSIER COMPLET SUR LES MEILLEURES SOUPES DE SAISON
- 60 RECETTES DE FÊTES POUR DES RÉVEILLONS PARFAITS
- UNE BATTLE EXCEPTIONNELLE CONTRE UN CHEF ÉTOILÉ
- ET TOUJOURS LE PLEIN DE SURPRISES !



Des réponses à des questions fondamentales…

Voici (enfin !) les réponses aux questions que vous vous posiez dans le Marmiton n°2 (p. 130) et auxquelles on avait promis de vous répondre dans ce numéro…

Pourquoi certains fruits peuvent-ils être oubliés plusieurs semaines et ne pas changer d'aspect ? Les fruits qui ne changent pas d'aspect ont soit un peu trop de substances chimiques (changez de fournisseur), ou c'est une nature morte (changez de lunettes !).

Les whoopies détrôneront-ils les macarons ou les cupcakes ? Whoopies ou macarons ? Les deux ! Les macarons auront toujours une place dans notre cœur (et notre estomac), mais les whoopies aussi. Et les cupcakes ! Et les choux (qui pourraient être la nouvelle tendance pâtissière).

Qu'y a-t-il dans les bulles de champagne ? Du gaz carbonique (sachez que si une bouteille de 75 cl devait être adaptée à la taille du liquide + du gaz qui est dissous dedans, elle ferait… 5 litres !).

Pourquoi le soufflé retombe ? Le soufflé retombe car l'air chaud qui est emprisonné dans la pâte et qui l'a fait monter se refroidit et/ou s'échappe. C'est pour ça que le soufflé se sert toujours à la sortie du four. Mettez-le à cuire pendant que vos invités prennent l'apéro, pas avant !

Pourquoi mon poisson a une jolie étiquette « provenance Atlantique nord-est » alors que c'est un produit local péché à 5 minutes de chez moi ? Depuis le 1er janvier 2002, une réglementation européenne établit 12 zones de pêche. La zone Atlantique nord-est est l'une des plus grandes puisque votre poisson peut avoir été péché au large de l'Espagne, à l'est du Groenland ou encore à Paimpol, n'hésitez pas à vous renseigner auprès de votre poissonnier.

Découvrez notre dossier spécial whoopies…

Et pour les cupcakes c'est par ici.

Concours de recettes au gouda vieux Old Dutch Master

Proposez votre recette au gouda vieux pour l'apéritif et tentez de gagner :

- **Un voyage à Amsterdam pour 2 dans un hôtel 4★ (3j. / 2 nuits)**
- **10 quarts de meules de gouda vieux Old Dutch Master**

Pour proposer votre recette, connectez-vous vite sur **www.OldDutchMaster.com**

Old Dutch Master
Sinds 1898

LE FROMAGE AVEC
UNE VRAIE PERSONNALITÉ

Jeu gratuit et sans obligation d'achat du 12 août au 31 octobre 2011 sur www.OldDutchMaster.com. Jeu ouvert aux personnes physiques majeures résidant en France Métropolitaine (Corse incluse hors Dom-Tom). Une seule participation par foyer (personnes vivant sous le même toit) sur l'ensemble de la période du jeu. La sélection aura lieu jeudi 3 novembre 2011. A gagner 1 voyage pour 2 à Amsterdam (2 nuits en hôtel 4★, Thalys confort 2 à partir de Paris), valeur significative : 700€ TTC et 10 quarts de meules de gouda vieux Old Dutch Master d'une valeur unitaire de 70€. Voir modalités et règlement complet sur www.OldDutchMaster.com.

HEMISPHERE DROIT

Index des recettes

Recettes aux pommes

Saint-jacques aux pommes et curry **p. 18**
Beignets de pomme au caramel et sésame **p. 18**
Tarte Tatin **p. 18**
Gelée de pomme en faisselle **p. 20**
Pomme au four minute et sirop d'épices **p. 20**
Tartelette fine à la pomme **p. 20**

Recettes aux champignons

Tempuras de cèpes **p.36**
Œufs à la crème de truffe et jambon **p. 36**
Filet mignon aux girolles **p. 36**
Risotto aux morilles **p. 36**

Recettes à la bière

Quartiers de courge enlardés rôtis à la bière **p. 39**
Poires pochées à la bière blanche **p. 39**

Recettes de verrines

Verrine de rillettes de thon et concombre **p. 47**
Verrine toute rose **p. 47**
Verrine de framboise light **p. 47**
Verrine de mousse au chèvre **p. 48**
Verrine crabe aux noix et tarama **p. 48**
Verrine de noix de saint-jacques **p. 48**
Verrine aux fruits et aux 3 chocolats **p. 48**
Verrine de légumes grillés au basilic **p. 49**
Crème de brocoli et cœur d'artichaut **p. 49**
Verrine aux pommes et caramel **p. 49**
Verrine de nouilles papillons **p. 55**
Verrine de faisselle au saumon **p. 55**
Verrine banane fraise **p. 55**
Petit verre de foie gras **p. 56**
Verrine tomate-concombre coiffée d'une mousse de feta **p. 56**
Verrine de petits pois et bœuf haché **p. 56**
Verrine de figues sur lit de mascarpone-cannelle **p. 56**
Salade de quinoa **p. 57**
Petit verre tricolore **p. 57**
Verrine chocolat noix de coco **p. 57**

Recettes battle

Girolles au jus de vin jaune **p. 62**
Velouté de champignon de Paris au whisky et aux noix **p. 63**
Cromesqui courgette menthe poivrée **p. 64**
Courgettes farcies à la rose, menthe et basilic **p. 65**
Citron mascarpone **p. 66**
Citron et spéculoos façon tiramisu **p. 67**

Recettes entrées

Poivrons confits **p. 70**
Courgettes râpées **p. 71**
Brick de poire au fromage de chèvre **p. 71**
Terrine marine au surimi **p. 72**
Cake à la courgette et chèvre frais **p. 72**
Le vrai taboulé libanais **p. 73**
Pain de légumes aux couleurs d'été **p. 73**
Tarte au poivron rouge **p. 74**
Maquereaux marinés **p. 75**
Fondant de banane au chèvre **p. 76**
Salade de ravioles **p. 76**
Œufsoufflé au gruyère **p. 77**
Soupe froide au melon et pointe de céleri **p. 78**
Gaspacho andaluz **p. 78**
Bâtonnets de poulet sauce rouge **p. 79**
Champignons à la tomate **p. 79**
Salade de concombre et melon à la menthe **p. 80**
Salade melon, feta, jambon **p. 80**
Blinis faciles maison **p. 81**
Tartines à la sardine **p. 82**

Recettes plats

Aubergine farcie à l'orientale **p. 84**
Côte de porc au vin blanc et aux poivrons **p. 85**
Œufs à la tomate et chorizo **p. 85**
Curry de porc aux pêhes **p. 86**
Chili verde (poulet au citron et au maïs) **p. 86**
Pois chiches au chorizo et tomates **p. 87**
Pilons de poulet en croûte de pain **p. 87**
Poulet aux olives au four **p. 88**
Porc au caramel **p. 89**

Sauté de bœuf au raisin p. 90
Linguines aux brocolis, raisins et pignons p. 91
Pennes au gorgonzola p. 91
Escalopes de dinde à la feta et tomate cerise p. 92
Lasagnes d'aubergines aux noix p.93
Gratin de courgettes au riz et mimolette p. 94
Poulet mariné grillé à la cannelle p. 95
Poulet basquaise p. 95
Raviolis au bœuf et à la sauce tomate p. 96
Tarte Tatin de légumes p. 97
Pizza aux légumes d'été p. 98

Recettes desserts

Original american cookies de Mike p. 100
Verrine aux poires et crème légère caramel au beurre salé p. 101
Verrine crémeuse aux fruits p. 101
Gâteau de semoule aux pommes caramélisées p. 102
Cake aux figues p. 102
Brochettes de grains de raisin caramélisées p. 103
Gâteau autrichien aux quetsches p. 103
Gâteau au chocolat des écoliers p. 104
Chouquettes p. 105
Compote bicolore aux prunes et mirabelles p. 106
Figues au miel p. 107
Gratin aux fraises et au melon p. 108
Mille-feuille de brick aux fraises p. 108
Timbale de framboises p. 109
Soufflé au citron p. 110
Petits gâteaux de mousse au chocolat p. 111
Tarte bicolore au raisin p. 112
Mousse à la pomme p. 113
Smoothie violet p. 113
Nems de poires au chocolat p. 114

Recettes Grèce

Moussaka p. 122
Feuilles de vigne farcies au riz p. 122
Houmous p. 122
Baklava p. 122

crédits photos

Couverture: Bilic/ Sucré Salé.

P 6 : Foto sapiens/Fotolia ;
P 7 : Thys/Supperdelux/Sucré Salé ;
P 8 : Subiros/Backström/Supperdelux/Hammond/Food&Drink/Muriot/Flayols/Sucré Salé ;
P 9 : Brigitte Merle/Photononstop ; P 10 Cabannes/Sucré Salé ;
P 11 : Food&Drink/Sucré Salé ; P 12 : Thys/Supperdelux/Sucré Salé ;
13 : Bilic/Sucré Salé ;
P 14, 15, 90 : Bagros/Sucré Salé P 16 : Radvaner/Bilic/Balme/Baudonnet/Sucré Salé ;
P 25 : Design Pics/Stock Foundry/Thinkstock, Chevalin/TF1 ;
P 26 : Marmiton ;
P 28 : Sucré Salé, Radvaner/Sucré Salé ;
P 30, 31 : Ziga Rajic ;
P 32 : Storm Flash/Fotolia, George Doyle/Thinkstock ;
P 33 : Amiel/Sucré Salé, Sebastien Garcia/Fotolia ;
P 34 : Garcia/Sucré Salé ;
P 34, 126 : Leser/Sucré Salé,
P 35 : Studio/Hall/Sucré Salé ;
P 36 : Hall/Lawton/Bilic/Gelberger/Sucré Salé, Ziga Rajic ; P 38-39 : Thys/Supperdelux/Sucré Salé ;
P 40 : Belmonte/Fénot/Hall/Dieterlen/Amiel/Sucré Salé, Manina Hatzmichali ;
P 41 : Spy/Hammond/Amiel/Sultan/Sucré Salé, Manina Hatzmichali, Duris Guillaume/Fotolia, Wartenberg/Picture Press/StudioX ;
P 42 : Nikouline/Sultan/Sucré Salé ;
P 43 : Belmonte/Sucré Salé ;
P 44-45 : Manina Hatzmichali ;
P 46 : Studio/Bagros/Sucré Salé, Manina Hatzmichali ;
P 50 : Manina Hatzmichali, Nicoloso/Sucré Salé ;
P 51 : Spy/Sucré Salé ;
P 52 : Manina Hatzmichali ;
P 53 : Manina Hatzmichali, Viel/Sucré Salé ;
P 54 : Caillant/Sucré Salé, Manina Hatzmichali, illustrez-vous/Fotolia ; P 58-59 : Jean-Claude Lajous,
P 60 : Thinkstock ;
P 61 : Barbara Siegel/4 Cambon, Auberge Champenoise ;
P 62, 64, 66 : Claire Debruille,
P 63 : Riou/Sucré Salé ;
P 70 : Hussenot/Sucré Salé ;
P 71, 74, 75, 76, 79, 86, 87, 88, 108, 110, 111 : Marmiton ;
P 72 : Baudonnet/Nurra/Sucré Salé ;
P 73 : Baudonnet/Rulier/Turiot/Sucré Salé ;
P 77 : Boulay/Paquin/Sucré Salé ;
P 78 : Quinard/Sucré Salé, Guedes/Sucré Salé ;
P 80 : Marmiton, Lawton/Sucré Salé ;
P 81 : Asset/Sucré Salé ;
P 82 : Caste/Sucré Salé ;
P 84, 97, 98 : Bono/Sucré Salé ; P 85 : Sirois/Sucré Salé, Vaillant/Sucré Salé ; P 89 : Mallet/Sucré Salé ; P 91 : Marmiton ; P 92 : Paquin/Sucré Salé ;
P 93 : Thys/Supperdelux/Sucré Salé ;
P 94, 106, 109 : Studio/Sucré Salé ;
P 95 : Spy/ Clément/Sucré Salé ; P 96 : Roulier/Turiot/Sucré Salé ; P 100 : Food&Drink/Sucré Salé ;
P 101 : Studio/Sucré Salé, Marmiton
P 102 : Marmiton, Bilic/Sucré Salé ;
P 103 : Marmiton, Kettenhofen/Sucré Sacré ;
P 104 : Fondacci/Markezana/Sucré Salé ;
P 105 : Norris/Sucré Salé ;
P 107 : Fleurent/Sucré Salé ;
P 112 : Marielle/Sucré Salé ;
P 113 : Nurra/Sucré Salé, Marmiton ;
P 114 : Viel/Sucré Salé ;
P 116 : Sébastien Boisse/Photononstop ;
P 118 : Roulier/Turiot/Sucré Salé, Sime/Giovanni Simeone/Simeone/Photononstop ;
P 119 : Yahia LOUKKAL/Fotolia, Sime/Gräfenhain Günter/Photononstop, Douve/Fotolia, Véronique Leplat/Sime/Photononstop ;
P 120 : BBS/Stockfood/StudioX ; P 121 : Bourbon numérik/Fotolia, Giovanni Simeone/Sime/Photononstop, Oxlock/Fotolia ;
P 122 : Roulier/Turiot/Sucré Salé, Boulay/Paquin/Sucré Salé, Guedes/Sucré Salé, Thinkstock ;
P 123 : David Loftus Limited/Stockfodd/StudioX ;
P 124 : Roulier/Pardo/Sucré Salé ;
P 125 : Taillard/Sucré Salé, Vorwerk ;
P 130 : Gaëlle Barouillet, Sébastien Pélegrin

Vous avez raté le N°2 ?

Il nous reste encore quelques exemplaires : commandez-le vite par mail marmitonmag@axelspringer.fr ou sur www.marmiton.org (rubrique magazine)

Les émerveillements de la

MarmiTeam

Le choc des textures : la douce sécheresse de la pâte à choux avec la langoureuse fraîcheur de la crème pâtissière. Christophe.

De la scamorza grillée à la tomate et à la roquette dans un petit restaurant du centre de Rome. Une découverte, un délice absolu. Claire.

Qu'on puisse faire tant de choses avec juste 4 ingrédients de base : de la farine, des œufs, du lait et du sucre... Stéphanie.

Le bruit du barbecue qui crépite et se mélange au chant des cigales. C'est le Sud. C'est chez moi. Anne-Laure.

Qu'un grand chef étoilé, Guy Martin du Grand Véfour, soit venu concocter des petits plats dans ma cuisine, avec toute la rédaction ! Dany.

Les recettes aux plantes sauvages découvertes chez Marc Veyrat. Ziga.

Le croquant au chocolat du pâtissier de Lectoure, village du Gers, fière d'avoir un si bon artisan. Magalie.

Les fruits de mer dégustés sur le port de Sète. Caroline.

Le rougail saucisse concocté par ma maman. Alain.

Les yaourts maisons au lait frais des vaches des Pyrénées. Laurent.

MAIS AUSSI : ma rencontre avec Yves Camdeborde. Un chef au grand cœur qui partage sa passion pour la cuisine comme personne. Julien////// Le délicieux colombo de poulet préparé par Anne-Marie et très souvent accompagné d'une anecdote sur ses séjours passés dans les Antilles françaises. Virginie////// Le plaisir d'un sashimi au saumon fondant dans la bouche. Je ne m'en lasserai jamais... Laëtitia////// Des gyozas. Il s'agit de raviolis japonais au porc et c'est à tomber à la renverse. Découverts dans un restaurant de la capitale, ils sont aujourd'hui mon vrai péché mignon culinaire (et je les mène à la baguette). Cécile//// Cueillir les fruits et légumes du potager de mes grands-parents. Et les déguster sur place ! Marina.//////// Je resterai toujours émerveillé des saisons qui changent tout au long de l'année. Les différences de paysage suivant la saison sont les différences de nos assiettes suivant la saison ! Mangez vrai... Arnaud Lallement.

CONCEPTION
Publications Grand Public

COMITÉ ÉDITORIAL MARMITON MAG
Christophe Duhamel, Anne-Laure Vincent, Dany Duran, Claire Debruille, Magalie Collin

RÉALISATION
Com-Presse 6 rue Tarnac 47220 Astaffort
Tél. 05 53 48 17 60.
Direction Artistique : Ziga Rajic
Chef Icono : Caroline Leclercq
Secretaires de rédaction : Laurent Dibos, Xavier Evstigneeff, Julien Sauvage-Férezin

ÉDITION
PGP/Axel Springer France
Président : Robert Sandmann
DGA des Publications : Nicolas Sauzay
Directrice d'édition : Stéphanie Hauville
Fabrication : Bruno Matillat
Promotion Sandra Meneghini

Impression : Maury Imprimeurs Zone Industrielle - RN 152 45300 Manchecourt

Photogravure : Alain Adone, Morgan Delage Com-Presse, Point 4 Paris
Distribution : Presstalis

PUBLICITÉ
Groupe Aufeminin.com
Tél. 01 53 57 79 00.
Présidente directrice générale : Marie-Laure Sauty de Chalon
Directrice générale de la régie : Agnès Alazard-Rool
Directrice de publicité : Cécile Beziat

Anciens numéros : marmitonmag@axelspringer.fr ou www.marmiton.org (rubrique magazine)

Vente au numero : DESTINATION MEDIA 01 56 82 12 07 (numéro réservé aux diffuseurs et dépositaires de presse)

Marmiton Magazine est édité par PGP SAS
68 rue Marjolin 92300 Levallois

Actionnaire principal : Axel Springer France
Directeur de la Publication : Robert Sandmann

ISSN : en cours
Dépôt légal : août 2011

Remerciements aux équipes de Marmiton et de Com-Presse ainsi qu'à Jean-Bernard Vérot, Olivier Aboilard, Pierre Hussenot, Pierre Cabannes, Héline Crabeil, Gilles Bismuth, Gaëlle Barouillet, Didier Gustin et à tous les Marmitonautes

Marmiton magazine est imprimé sur du papier 100% recyclé.

100% FSC www.fsc.org RECYCLE Fabriqué à partir de matériaux recyclés FSC® C020592

Une question ? une suggestion ? magazine@marmiton.org

Téléchargez des milliers de recettes sur votre iPhone

iGourmand

TÉLÉCHARGEZ
iGOURMAND
DÈS MAINTENANT SUR
"L'APP STORE"

LES APPLICATIONS DE CUISINE *iGourmand* SUR VOTRE iPHONE & iPOD TOUCH

1000 recettes · 1000 recettes LITE · 101 recettes ultra faciles · 101 recettes TRADITION · 101 recettes ÉTINCELLES · 101 recettes VÉGÉTARIENNES · 101 recettes santé · 101 recettes à prix mini · 101 recettes express · 200 recettes GOURMANDES · Tartes & Cakes · 101 recettes CHOCOLAT · 50 recettes amoureux

Une fois téléchargés sur votre iPhone ou iPod Touch, les carnets de recettes iGourmand et leurs superbes photos sont disponibles sans connexion internet. Une envie de chocolat, des amis à l'improviste ? Consultez vite iGourmand, vous y trouverez de savoureuses recettes pour tous les jours. Plus d'informations sur www.igourmand.fr

iGOURMAND, DES APPLICATIONS DU MAGAZINE Vie pratique Gourmand

ANJOU

Les vins qui ont un fleuve pour terroir.

Une robe rubis et de délicates saveurs fruitées, découvrez ces **GRANDS ROUGES DE LOIRE :**

ANJOU
SAUMUR
TOURAINE

vinsdeloire.fr

VINS DE LOIRE

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION